

Technická univerzita v Liberci

FAKULTA PŘÍRODOVĚDNĚ-HUMANITNÍ A PEDAGOGICKÁ

Katedra: Katedra tělesné výchovy
Studijní program: B1101 Matematika
Studijní obor: Matematika se zaměřením na vzdělávání
Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání

Adaptační kurz pro studenty středních škol
Adaptive course for high school students

Bakalářská práce: *I2-FP-KTV-35*

Autor:

Michal Hampl

Podpis:

.....

Vedoucí práce: Mgr. Radim Antoš

Počet

Stran	grafů	obrázků	tabulek	pramenů	příloh
71	1	3	16	18	3

V Liberci dne: 25. 7. 2012

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE
(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Michal HAMPL**
Osobní číslo: **P09001090**
Studijní program: **B1101 Matematika**
Studijní obory: **Matematika se zaměřením na vzdělávání**
Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání
Název tématu: **Adaptační kurz pro studenty středních škol.**
Zadávající katedra: **Katedra tělesné výchovy**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

Hlavní cíl:

Vytvořit návrh adaptačního kurzu pro studenty 1. ročníků střední školy v Mladé Boleslavi

Dílčí cíle:

Shrnout teoretická východiska pro pořádání adaptačního kurzu.

Analyzovat současnou situaci na středních školách v Ml. Boleslavi.

Vytvoření návrhu adaptačního kurzu pro studenty střední školy.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná**

Seznam odborné literatury:

DVOŘÁČEK, J. Základy pedagogiky pro učitele a vychovatele. Praha: Univerzita Karlova, 2004. 144 s. ISBN 80-7290-159-1.

HOFBAUER, B. Děti, mládež a volný čas. 1. vyd. Praha: Portál, 2004. 176 s. ISBN 80-7178-927-5.

KOTEN, T. Škola? V pohodě! 1. vyd. Most: Hněvín, 2006. 288 s. ISBN 80-86654-18-4.

PÁVKOVÁ, J., HÁJEK, B., HOFBAUER, B., HRDLÍČKOVÁ, V., PAVLÍKOVÁ, A. Pedagogika volného času. 4. vyd. Praha: Portál, 2008. 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

VESELÁ, J. Jak ve volném čase? 1. vyd. Hradec králové: Gaudeamus, 1997. ISBN 80-7178-927-5.

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Radim Antoš

Katedra tělesné výchovy

Datum zadání bakalářské práce: **29. dubna 2011**

Termín odevzdání bakalářské práce: **29. dubna 2012**



loc. RNDr. Miroslav Brzezina, CSc.

děkan

L.S.



PaedDr. Jindřich Martinec

vedoucí katedry

Čestné prohlášení

Název práce: Adaptační kurz pro studenty středních škol
Jméno a příjmení autora: Michal Hampl
Osobní číslo: P09001090

Byl/a jsem seznámen/a s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších předpisů, zejména § 60 – školní dílo.

Prohlašuji, že má bakalářská práce je ve smyslu autorského zákona výhradně mým autorským dílem.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědom povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracoval/a samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím bakalářské práce a konzultantem.

Prohlašuji, že jsem do informačního systému STAG vložil/a elektronickou verzi mé bakalářské práce, která je identická s tištěnou verzí předkládanou k obhajobě a uvedl/a jsem všechny systémem požadované informace pravdivě.

V Liberci dne: 25. 7. 2012

Michal Hampl

Poděkování

Děkuji vedoucímu práce Mgr. Radimu Antošovi za trpělivost, pomoc a cenné rady, které mi poskytl při zpracování této bakalářské práce. Poděkování patří také všem pedagogům středních škol v Mladé Boleslavi, kteří mi poskytli potřebné informace k mé analýze.

Dále děkuji Mgr. Lence Wenzelové za její odborné vedení, cenné připomínky a rady, které mi byly velkým přínosem při zpracování bakalářské práce.

Adaptační kurz pro studenty středních škol

Michal Hampl

BP-2012

Vedoucí BP: Mgr. Radim Antoš

Anotace

Bakalářská práce shrnuje na základě teoretických poznatků získaných z odborné literatury zážitkové pedagogiky teoretická východiska pro realizaci adaptačního kurzu. Popisuje aktuální stav pořádání adaptačních kurzů na středních školách v Mladé Boleslavi. Následně předkládá návrh čtyřdenního adaptačního kurzu pro studenty 1. ročníku Střední odborné školy a Středního odborného učiliště, Jičínská 762 v Mladé Boleslavi.

klíčová slova: adaptační kurz, střední škola, student

Anotation

The thesis sums up the theoretical proposals for an adaptation course based on the theoretical knowledge gained from professional literature of experience pedagogics. It describes the current state of adaptation courses at secondary schools in Mladá Boleslav. After that it gives a proposal for a four-day adaptation course for students of the first form of the Secondary Vocational school, Jičínská 762, Mladá Boleslav.

key words: adaptation course, secondary school, student

Obsah

Úvod	11
1 Cíle	12
2 Přehled teoretických poznatků.....	13
2.1 Volný čas	13
2.1.1 Výchova mimo vyučování.....	14
2.1.2 Přehled nejdůležitějších zařízení pro výchovu mimo vyučování	14
2.1.3 Sdružování dětí a mládeže ve volném čase	15
2.2 Uvádíme hry	19
2.2.1 Co je to hra?.....	19
2.2.2 Cíle hry	20
2.2.3 Dělení her	20
2.2.4 Forma hry	22
2.3 Období dospívání.....	23
2.3.1 Vymezení období dospívání	24
2.3.2 Vývoj myšlení v období dospívání.....	25
2.3.3 Emoční vývoj období dospívání.....	26
2.3.4 Sociální vývoj v období dospívání	28
2.4 Adaptační kurzy.....	29
2.4.1 Charakteristika.....	29
2.4.2 Projektování.....	30
3 Analýza adaptačních kurzů na středních školách v Mladé Boleslavi.....	32
4 Návrh projektu adaptačního kurzu	42
4.1 Cílování	42
4.2 Specifikace cílové skupiny	42
4.3 Realizační tým	44
4.4 Časový harmonogram příprav	46
4.5 Vhodná lokalita pro pořádání adaptačního kurzu.....	47
4.6 Stanovení hlavních cílů	47
4.7 Rozpočet kurzu	48
4.8 Komunikace s účastníky	51
4.9 Příprava týmu před akcí.....	51
4.10 Program kurzu	52

4.10.1	První den.....	55
4.10.2	Druhý den	58
4.10.3	Třetí den.....	62
4.10.4	Čtvrtý den	65
4.11	Po kurzu.....	66
5	Závěr.....	67
6	Seznam literatury.....	69
7	Seznam příloh.....	71

Seznam obrázků

Obr. 1: Logo školy	43
Obr. 2: Areál školy	44
Obr. 3: Senná brána	64

Seznam tabulek

Tab. 1: Současný stav pořádání adaptačních kurzů středních škol v Mladé Boleslavi	33
Tab. 2: Přehled příprav a realizací projektů na středních školách v Mladé Boleslavi	41
Tab. 3: Realizační tým.....	45
Tab. 4: Časový harmonogram příprav	46
Tab. 5: Cíle kurzu	48
Tab. 6: Rozpis pokojů.....	48
Tab. 7: Rozpočet adaptačního kurzu (náklady studenti)	49
Tab. 8: Rozpočet adaptačního kurzu (náklady škola).....	50
Tab. 9: Dílčí rozpočet za ubytování a stravu	50
Tab. 10: Dílčí rozpočet za dopravu	50
Tab. 11: Časový harmonogram dne.....	53
Tab. 12: Program kurzu	54
Tab. 13: Program prvního dne.....	58
Tab. 14: Program druhého dne	62
Tab. 15: Program třetího dne.....	65
Tab. 16: Program čtvrtého dne	66

Seznam zkratek

aj.	a jiné
apod.	a podobně
atd.	a tak dále
BP	bakalářská práce
cca	přibližně
č.	číslo
Kč	korun českých
např.	například
popř.	popřípadě
PŠL	Prázdninová škola Lipnice
resp.	respektive
tj.	to je

Úvod

Bakalářská práce (dále jen BP) se bude zabývat adaptačními kurzy, pořádanými v přírodě pro studenty nastupující do prvních ročníků středních škol. Pozornost bude věnovat střední škole, Střední odborná škola a Střední odborné učiliště, Mladá Boleslav, Jičínská 762, na které jsem vystudoval obor Technické lyceum.

Téma BP jsem si zvolil díky tomu, že jsem se v prvním ročníku účastnil adaptačního kurzu pořádaného touto školou. Po jeho absolvování jsem nebyl moc spokojen. Důvod mé nespokojenosti způsobila velmi zásadní chyba. Na kurz jelo více tříd společně, zhruba sto studentů, což je náročné jak na zorganizování samotného kurzu, tak i na zajištění dostatečného počtu učitelů. Přišlo mi, že kurz ztratil svoji podstatu, kde se mají studenti poznávat a vytvářet si mezi sebou vazby. Protože jednou bych se chtěl stát členem pedagogického sboru této školy, tak právě tento fakt mě přiměl k tomu, abych vytvořil svůj vlastní návrh na adaptační kurz, který bych rád zrealizoval.

Každý nový začátek je těžký. Obavy z neznámého potrápí lidskou psychiku více než cokoli jiného a právě přechod do neznámé nové školy patří mezi jednu z nejtěžších zkoušek každého z nás.

Prostředí na střední škole se velmi liší od toho na základní škole. Učitelé by měli na základních školách dostatečně připravit své studenty na tento přechod. Ale jak by to měli nejlépe udělat? Z mého pozorování by měli být přísnější, neústupnější, zavést větší disciplínu a nepřehánět to s pomocí žáků, aby na střední škole nepůsobili naivně dětsky. Studenti, kteří jdou do nové školy, začínají vstupovat do období, kdy se jejich hormony mění, chlapci a dívky se navzájem poznávají a nová přátelství dávají jejich životu novou dynamiku. Měli by se naučit způsoby, jak zvládat nové sociální situace.

Právě kvůli tomu všemu bych chtěl ulehčit tento přechod novým studentům tím, že je odvedu před nástupem do školních lavic daleko od školní budovy, tam, kde se navzájem všichni lépe poznají. Tato práce pro mě bude velice zajímavá, v níž využiji své zkušenosti z táborů, na které jsem jezdil od svých dětských let.

1 Cíle

Hlavním cílem bakalářské práce je vytvořit návrh adaptačního kurzu pro studenty 1. ročníku Střední odborné školy a Středního odborného učiliště, Jičínská 762, Mladá Boleslav. Kurz by měl být následně využitelný pro již zmíněnou střední školu.

Dílčí cíle:

- 1) Shrnout teoretická východiska z publikací zabývajících se pedagogikou.
- 2) Analyzovat současnou situaci o pořádání adaptačních kurzů na současných středních školách v Mladé Boleslavi.
- 3) Vytvoření návrhu projektu adaptačního kurzu pro studenty 1. ročníku Střední odborné školy a Středního odborného učiliště, Jičínská 762, Mladá Boleslav.

2 Přehled teoretických poznatků

2.1 Volný čas

Nejprve seznámíme čtenáře této BP s velmi důležitým pojmem, kterým je volný čas. Každý si může pod tímto slovem představit různé, a proto bych chtěl stručně nastínit, co daný výraz skutečně znamená.

Objasňováním pojmu volný čas se zabývá mnoho odborných publikací, jejichž názory se určitým způsobem prolínají a překrývají, ale do jisté míry se i odlišují. Z našeho pohledu je volný čas období lidského života, kdy jedinec nemá povinnost být v pracovním procesu či navštěvovat školu, ale má chvíli sám pro sebe, užívá si odpočinku a zábavy, rozvíjí si své zájmové sféry. Věnuje se aktivitám přinášejícím mu radost a současně i případný praktický užitek.

Nejlépe vystihuje volný čas Němec aj. (2002, s. 17), který vysvětluje volný čas jako dobu, v níž: *„Člověk svobodně volí a dělá takové činnosti, které mu přinášejí radost, potěšení, zábavu, odpočinek, které obnovují a rozvíjejí jeho tělesné a duševní schopnosti, popř. i tvůrčí schopnosti. Je to čas, v němž je člověk sám sebou, nejvíce patří sám sobě, kdy koná převážně svobodně a dobrovolně činnosti pro sebe, popř. pro druhé, ze svého vnitřního popudu a zájmu“*.

V jiné publikaci tvrdí Hofbauer (2004, s. 13): *„Volný čas (angl. leisure time, franc. Le laser) je čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život“*. Mezi hlavní úlohy volného času se řadí: *„Odpočinek (regenerace pracovní síly), zábavu (regenerace duševních sil) a rozvoj osobnosti (spoluúčast na vytváření kultury)“*.

Vážanský a Smékal (1995, s. 17) uvádí: *„Jedná se o časový prostor, který člověku umožňuje svobodnou volbu činností, kdy si člověk vybírá činnosti nezávisle na společenských povinnostech, vykonává ji tedy dobrovolně a tato činnost mu poskytuje uspokojení a příjemné zážitky“*.

Řada autorů se tedy shoduje, že při volném času vykonáváme činnosti dobrovolně, rádi, přinášejí nám radost a uspokojení. Volný čas je ovlivňován mnoha pohledy, které se navzájem prolínají – ekonomické, sociologické, sociálně-psychologické, politické, pedagogické a další... Důležité je rozumně využívat volný čas, neboť je významným ukazatelem životního stylu, a proto je vhodné se mu více věnovat, tak, aby docházelo k zformování veškerých zájmů jedince.

2.1.1 Výchova mimo vyučování

V této podkapitole se zmíníme o terminologii, která se u nás používá. Upřesníme si význam výchovy mimotřídní a mimoškolní. Seznámíme se také s přehledem jednotlivých neziskových sdružení, organizací a hnutí, které se zabývají volným časem dětí a mládeže v České republice. Následující pojmy jsou nadefinované podle prací publikací Němec aj. (2002) a Hofbauer (2004).

Výchova mimotřídní – zahrnuje aktivity realizované školou mimo povinnou školní výuku. Obsahuje práci s dětmi – např. práce v kroužcích, sport a hry, soutěže.

Výchova mimoškolní – činnost uskutečňující se mimo školu. Je představovaná zařízeními, institucemi, organizacemi, hnutími a nadacemi, např. domy dětí a mládeže, Junák, Brontosaurus atd.

Výchova mimo vyučování – zahrnuje předchozí, výše zmíněné pojmy, Uskutečňuje se mimo rodinu a povinné vyučování, je institucionálně zajištěna, probíhá převážně ve volném čase.

2.1.2 Přehled nejdůležitějších zařízení pro výchovu mimo vyučování

Podmínky pro realizaci cílů výchovy mimo vyučování vytvářejí různé společenské instituce. Vypíšeme jen ta nejvýznamnější zařízení, o kterých se ve svých dílech zmiňují Němec aj. (2002), Pávková aj. (2008):

- a) **školní družiny** – jedná se o práci s dětmi prvního stupně základní školy. Mají výchovné a zdravotní funkce, kromě toho i zajišťují sociální péči a bezpečnost dětí v době, kdy jsou rodiče v zaměstnání. Výchovná činnost se vzhledem k věkovým zvláštnostem dětí mladšího školního věku orientuje na různorodé uspořádání zájmových činností a na potřebu pohybu.
- b) **školní kluby** – pracují se žáky druhého stupně základní školy. Využívají větší samostatnosti dětí a jejich ustálenější zájmové činnosti. Žáci zde pracují dobrovolně. Hlavní funkcí školních klubů jsou zájmové činnosti. Patří sem např. pravidelné kroužky, tělovýchovné oddíly, počítačové pracovny, čtenářské koutky.
- c) **střediska pro volný čas dětí a mládeže** – začleňují domy dětí a mládeže. Zaměřují se především na uskutečnění specializovaných zájmových činností vedených odbornými pedagogy. Organizují různé pravidelné kroužky, soutěže pro talentované jedince, prázdninové tábory, nabízejí aktivity na hřištích, v hernách atd. V těchto střediscích je možná účast dětí, mládeže, případně i rodičů či jiných zájemců.

- d) domovy mládeže** – fungují jako výchovné a ubytovací zařízení pro žáky středních škol, kteří nemohou denně dojíždět do školy z místa svého trvalého bydliště. Jejich úkolem je udržet zájem studentů o studium a také dbát na účelné využívání volného času mládeže.
- e) dětské domovy** – jsou to zařízení ústavní výchovy. Pečují o rozvíjení a kultivaci zájmů žáků. V dětských domovech pobývají děti do 18 let z rodin, které selhaly a nemohou se o ně postarat. Snahou pedagogů tohoto ústavu je, aby děti prožívaly volný čas podobným způsobem jako děti žijící v zaopatřených rodinách.
- f) základní umělecké školy** – jedná se o zařízení, které se specializuje na přípravu pro budoucí studium na středních a vysokých školách s uměleckým zaměřením v oborech hudebních, hudebně pohybových, literárně dramatických a výtvarných.
- g) jazykové školy** – zaměřují se na vzdělávání v oblasti výuky cizích jazyků, opět s přípravou na budoucí studium v oboru.

Kromě výše uvedených typů může být ovlivňován volný čas jedinců také církví či náboženskými společenstvími a mnoha dalšími subjekty, jako jsou např. kulturní centra, zábavní střediska, diskotéky, herny apod.

2.1.3 Sdružování dětí a mládeže ve volném čase

Od druhé poloviny 19. století až po současnost se sdružování rychle rozvíjelo a v přímé závislosti na úhrnné orientaci společnosti buď získávalo podporu, nebo byl jeho rozvoj dočasně i dlouhodobě přerušován. Významnými změnami procházelo především ve druhé polovině 20. století. Jeho jádrem je vlastní rozhodnutí dítěte či jiného mladého člověka do sdružení vstoupit a podílet se na jeho činnosti. Tento člen sdružení zdokonaluje svou osobnost, sociální vztahy a osvojuje si vytoužené hodnoty. Dobrovolná účast zvětšuje prostor a šance života dítěte a mladého člověka, naplňuje ho dalšími zážitky a zkušenostmi. (Hofbauer, 2004)

Volnému času dětí a mládeže se věnují sdružení, která si podle svého zaměření dbají na různé cíle vzdělávacího, rekreačního nebo výchovného zaměření. V dosavadním vývoji vznikly a dodnes působí různé typy organizací dětí a mládeže. Nyní se zmíníme o základních druzích sdružení působících v České republice. Podotkneme, že výčet následujících organizací, které pečují o děti a mládež v jejich volném čase, nebude zcela úplný. Na konci této kapitoly se budeme věnovat sdružení Prázdninové školy Lipnice, z níž budeme vycházet při dělení her v další kapitole. Následující text vychází z myšlenek

tří významných autorů (Němec aj., 2002; Hofbauer, 2004; Pávková aj., 2008), kteří se zabývají pedagogikou volného času.

a) Sdružení všestranného obsahu

- 1. Junák** – je to nejpočetnější sdružení v současnosti. Jde o součást světového skautského hnutí, které vzniklo v roce 1907 a v dnešní době působí ve více než 214 státech a územích světa. Tato skautská organizace má kolem 39 milionů skautů a skautek. U nás se za zakladatele považuje Antonín Benjamin Svojsík a z jeho podnětu bylo nazváno Junák – český skaut. Junák z pohledu historického zažíval složitý vývoj, jelikož byl ovlivňovaný politickými událostmi. Jako cíl skautského hnutí uvádí, že má rozvíjet osobnost dětí a mladých lidí, jejich fyzických, duševních, sociálních a duchovních schopností tak, aby byli po celý život nachystaní plnit povinnosti k sobě samým, k členům národních, mezinárodních a regionálních společenství a přírodě. Mezi další cíle skautské všestranné výchovy řadí člověka vyzrálého, vzdělaného a tvořivého, schopného spolupracovat s jinými lidmi, dobře usazeného v malých či velkých sociálních skupinách.
- 2. Pionýr** – je považován za druhé největší sdružení dětí a mládeže v České republice, jehož název vyjadřuje průkopnictví a novátorství. Dětská pionýrská organizace vznikla obdobou sovětské dětské organizace po druhé světové válce v roce 1949. Nejvíce ji vystihovala masovost a jednotnost. Dnešní pionýr ale vznikl v době rozpadu jednotné organizace dětí a mládeže na počátku devadesátých let 20. století. Nabízí pro své členy uspokojování zájmů a potřeb metodou všestranné celoroční činnosti, prázdninových aktivit a příležitostných akcí. Chce vést členy k aktivnímu občanství a kladným mravním hodnotám prostřednictvím programů zejména v oblasti sociální, kulturní a sportovní. Pionýr nepracuje s dětmi vůdcovským systémem, ale děti se samy podílejí výrazným podílem na přípravě programů a spolurozhodují o samotných aktivitách. Pionýr má velké množství mezinárodních kontaktů. Spolupracuje s dětskými organizacemi v mnoha zemích a za hranicemi České republiky je uznávaným partnerem řady mezinárodních aktivit.

b) Sdružení spjatá s pobytem v přírodě a zálesáckou činností

- 1. Česká tábornická unie (ČTU)** – je organizace, která se volně sdružuje na podstatě společného zájmu dětí, mládeže a dospělých v klubech a trampských osadách. Navazuje tak na funkci svých předchůdců, z nichž se považuje za nejbližší historické tramské hnutí. Vytváří podmínky pro vývoj zájmů jednotlivců samotářů. Tábornictví považuje za zájmové hnutí, které se orientuje na poznání přírody. Cílem tohoto sdružení je rozvíjení tábornických dovedností a sportovní využití v přírodě.
- 2. Asociace turistických oddílů mládeže (ATOM)** – jde o dobrovolný zájmový svaz dětí, mládeže a jejich vedoucích, který má přes šest tisíc členů. Vznik se datuje od roku 1968, kdy došlo k vyčlenění dospělých z Klubu českých turistů, kteří se začali věnovat aktivitám s dětmi a mládeží. V dnešní době je tato asociace samostatnou organizací, i když stále spolupracuje s Klubem českých turistů. Má za úkol rozvíjet svoji aktivitu především v oblasti turistiky, tábornictví, sportovních, kulturních a sociálních činností. Patří sem i sdružení jako je Zálesák a Liga lesní moudrosti.

c) Sdružení v oblasti umělecké tvořivosti

Folklorní sdružení (FoS) – jedná se o sdružení, které spojuje taneční a hudební (folklorní) kolektivy a napomáhá při jejich výchovné, tvůrčí či propagační činnosti. Klade pozornost na lidovou kulturu, podporuje tradice v tanečním a hudebním umění.

d) Sdružení na poznávání a ochrany přírody

- 1. Duha (Hnutí Duha)** – jde o sdružení jednotlivců i kolektivu, aniž by se přihlíželo na členství v jiných organizacích. Vytváří a realizuje programy pro děti a mladé lidi. Nabízí možnost zapojování dalších generačních členů. Pořádá akce v přírodě i ve městě a vyzdvihuje aktivity herní činnosti.
- 2. Hnutí Brontosaurus** – hlavním záměrem je sdružování dětí a mládeže, které se podílejí na ochraně a tvorbě životního prostředí. Brontosaurus tedy vede k vychovávání dětí a mládeže k takovému životnímu stylu, který nebude ničit a poškozovat životní prostředí.

e) **Sdružení technických činností**

Asociace pro mládež, vědu a techniku (AMAVET) – jedná se o dobrovolné sdružení klubů pro děti a mládež. Vznik se datuje kolem roku 1990 z členů bývalých klubů vědeckotechnických činností mládeže. Práce v klubech probíhá celoročně. O prázdninách pořádají tábory zaměřené na různé oblasti z technických činností, jako jsou např. modelářské, elektrotechnické atd.

f) **Sdružení orientovaná nábožensky**

1. **YMCA (Young Mens Christian Association)** – českým ekvivalentem je „Křesťanské sdružení mladých lidí“. Jedná se o nejstarší celosvětovou křesťanskou organizaci pro mladé lidi. U nás působí od roku 1920 a v roce 2003 měla přibližně 2,7 tisíce členů. Snaží se zlepšovat sociální a hospodářské podmínky pro život mladých lidí. Sjednocuje mládež v duchu křesťanského pojetí života.
2. **YWCA (Young Womens Christian Association)** – jde o analogické křesťanské sdružení mladých žen, podobně jako byla předchozí organizace YMCA. Navštěvovat ji mohly mladé ženy bez ohledu na to, jaké byly rasy, sociálního původu či náboženství. Vznikla v Anglii v roce 1855 a na našem území vzniklo první středisko v Praze roku 1897.

g) **Tělovýchovné a sportovní organizace**

1. **Sokol** – vnímáme jako naši nejvýznamnější a nejstarší organizaci, která vznikla na území Čech a Moravy. Za zakladatele Sokola považujeme Miroslava Tyrše (1832–1884) v roce 1862. Snažil se o rozvíjení tělesné, duševní, i morální stránky osobnosti. Sokol vyvíjel nejenom tělesné cvičení, ale i vzdělávací a osvětovou činnost. Miroslav Tyrš zavedl též dlouhodobou tradici všesokolských sletů jako celonárodní slavnost. V dnešní době Sokol uspořádává tělovýchovnou činnost s dospělými, dětmi a mládeží.
2. **Český svaz tělesné výchovy (ČSTV)** – jeho úkolem je podporovat sport, tělesnou výchovu, turistiku a sportovní reprezentaci České republiky. Jedná se o čistě dobrovolné sdružení sportovních, tělovýchovných a turistických svazů s celostátní působností.

h) Prázdninová škola Lipnice (PŠL)

Organizace vznikla jako experimentální centrum pro výchovu v přírodě roku 1977. Zaměřovala se na sporty a připravované činnosti v přírodě. Věnovala se také instruktorům a vedoucím v rámci výchovy pro volnočasové akce v přírodě. V roce 1990 se toto sdružení osamostatnilo. Cílem organizace je všestranný rozvoj osobnosti a k tomu používá pedagogiky zážitku. Převládající forma všech akcí, které pořádá Prázdninová škola Lipnice, je hra. Název dostala podle původního zařízení u obce Lipnice, kde se již už dříve pořádaly různé pohybové kurzy. PŠL působí se svými kurzy pohybovými či expedičními po celé České republice, dokonce i v zahraničí. Kurzy jsou především pečlivě připravovány a trvají týden až čtrnáct dnů v počtu 25-30 účastníků. Věnují se lidem ve věku od 14 do 30 let a od roku 1994 mohou toto sdružení navštěvovat lidé s tělesným postižením, pro které PŠL pořádá speciální kurzy. V poslední době se začínají také věnovat dospělým a připravovat pro ně kurzy zaměřené na výcvik komunikace, týmové práce a vedení. Charakteristické pro tuto organizaci je, že má promyšleně sestavené činnosti, a to od fyzicky náročných, přes psychohry, strategické simulace, tvořivé dílny až po happeningy. Sdružení je v současné době od roku 1997 členem mezinárodní vzdělávací organizace Outward Bound. Jde o celosvětovou organizaci, která využívá také pedagogiky zážitku a jejích metod. (Němec aj., 2002)

2.2 Uvádíme hry

Hanuš-Chytilová (2009, s. 114): *„Hraní má v poměru k běhu života a k jeho neklidné dynamice, temné problematičnosti a k neustále štvoucímu odkazu na budoucnost charakter uklidněné „přítomnosti“ a soběstačného smyslu – podobá se „oáze“ dosaženého štěstí v pustině našeho ostatního pachtění za štěstím a tantalovského hledání. E. Fink“.*

V následujících podkapitolách si vysvětlíme, co si máme představit pod pojmem hra. Dále se budeme zabývat cíli hry, tedy k čemu hra slouží. Vytvoříme ucelený souhrn her podle členění Prázdninové školy Lipnice a nakonec zformulujeme formy hry. Specifikem Prázdninové školy Lipnice je cílené zaměření činnosti na období mladší dospělosti a využívání specifické metody – zážitkové pedagogiky.

2.2.1 Co je to hra?

Her je poměrně hodně a jsou tak různorodé, že jako samotný pojem hra ztrácí jasné okraje, jimiž bychom mohli hraní striktně definovat. Jak víme, otázka je velmi jednoduchá, ale odpověď není tak snadná, aby se dala stručně shrnout pouhými několika větami.

Hanuš a Chytilová (2009) uvádějí ve své publikaci, že hra je nenahraditelným prostředkem výchovy a jejím používáním navozuje situace, příběhy, děje, role, ve kterých se jedinec či skupina rozvíjí a roste vědomostí, ale především zkušenostně. Hra je prý prostředkem, kterým ověřujeme teoretické poznatky o sobě, o druhých a o okolním světě. Také ji vyjadřují jako prostředek harmonického růstu a rozvoje osobnosti.

Hrkal a Hanuš (1998) tvrdí, že při hraní prožíváme něco zcela odlišného od každodenního shonu. Ve hře nevnímáme všední starosti, ale dostáváme se do zcela jiných světů, kde můžeme být tím, kým jinak nejsme.

Zouňková (2007) se zmiňuje, že ve hře jsme v nových rolích, máme možnost žít nanečisto a ve chvíli, kdy nám situace „přerůstá přes hlavu,“ můžeme ze hry vystoupit. Hra je odrazem touhy po spravedlivém světě, který lze popsat pravidly, a všichni v největší hře nazvané život budou podle těchto pravidel férově jednat. Také ji chápeme jako kouzelný prostor s pevnými hranicemi danými pravidly, ve kterých se může odehrát i to, na co bychom „v civilu“ neměli odvalu.

2.2.2 Cíle hry

Každá hra by měla mít svůj cíl. Je dobré vědět, které složky, části osobnosti člověka se hra dotýká, kterou rozvíjí, procvičuje, mobilizuje. Každá hra rozvíjí více složek osobnosti, avšak většinou jedna z nich je ve hře primární. Při znalosti cíle se daleko jednodušeji vybírají vhodné prostředky a přesně cítíme, které možné hry k našemu cíli více směřují a které nikoliv. Nakonec takto můžeme upravovat množství stávajících her či vymyslet novou originální hru. Cílem hry je řečeno, kudy, jak a kam se bude hrou směřovat. Bez cíle neexistuje cesta a ztrácí se smysl konání. Musí být jasně a přesně definovatelný, dosažitelný, uskutečnitelný, pochopitelný pro všechny a vyjádřitelný několika nekomplikovanými výrazy. Měl by také vést a přispívat k růstu a rozvoji osobnosti jedince. (Zouňková, 2007; Hanuš-Chytilová, 2009)

2.2.3 Dělení her

Při třídění her budeme vycházet ze studií Prázdninové školy Lipnice, která se po letech zkoušení a experimentování dopracovala k vlastnímu způsobu třídění her. Hry jsou seřazeny podle jednotlivých kritérií (např. název hry a jméno autora, náročnost, doba trvání, vhodné prostředí, pro kterou věkovou kategorii je hra určena, kolik je potřeba hráčů, instruktorů, roční období a použitý materiál), přičemž můžeme vybírat velmi rychle a účinně hry podle svých potřeb a požadavků. Zouňková (2007) dělí hry následovně:

- a) **hry podle fyzické zátěže** – jsou odstupňovány podle intenzity fyzického nasazení. (1 – žádná, 2 – malá, 3 – střední, 4 – velká, 5 – vyčerpávající)
- b) **hry podle psychické zátěže** – jsou odstupňovány podle intenzity psychického nasazení. (1 – žádná, 2 – malá, 3 – střední, 4 – velká, 5 – vyčerpávající)
- c) **hry podle času na hru** – hry můžeme rozdělit na drobníčky do 15 minut, malé hry do 1 hodiny, středně velké hry do 2 hodin, velké hry do 4 hodin, projekty a seriály nad 4 hodiny.
- d) **hry podle výchovného cíle**
1. hry na rozvoj intelektu – rozvíjejí paměť, smyslové vnímání, pozornost, důvtip, logické myšlení, taktiku, strategii, kombinační schopnosti atd.
 2. hry na rozvoj tvořivosti – rozvíjejí představivost, fantazii, originální a netradiční postupy.
 3. hry na rozvoj sociálních dovedností – rozvíjejí komunikaci, zaujímání rolí, improvizaci, kooperaci, týmovou spolupráci, zodpovědnost, altruismus,¹ empatii aj.
 4. hry na rozvoj motoriky a pohybových dovedností – rozvíjí rychlost, sílu, vytrvalost, obratnost.
 5. hry na rozvoj vůle – rozvíjí trpělivost, sebeovládání, psychickou vytrvalost, odvahu.
 6. hry na rozvoj sebepojetí – rozvíjí poznání sebe samého, překonání sebe samého, sebedůvěru a samostatnost, bourají předsudky a psychické bariéry.
 7. hry kombinované – při těchto hrách se uplatňuje a projevuje celá osobnost.
 8. speciální hry – u těchto her nejde o rozvoj výše uvedených složek osobnosti, ale používají se k jiným účelům. Jsou to například hry určené na rozehrání, navození atmosféry, pobavení a uvolnění.
- e) **hry podle prostředí** – prostředí upozorňuje na vhodné místo pro realizaci vlastní hry (místnost, les, louka, hřiště, tělocvična, vodní plocha, skály) a informuje o specifických potřebách a charakteristice místa.

¹ postoje a jednání, která sledují prospěch druhého člověka (dobročinnost, nesobeckost, nezištnost).

2.2.4 Forma hry

Obecná definice popisující zapojení účastníků ve hře (jednotlivců, dvojic, týmů) a stručné vystižení příznačných podstatných znaků a hlavních obecných rysů hry. Hrkal a Hanuš (1998) dělí formy hry následovně:

- a) **Iniciativní hra** – je jasně definovaný fyzický nebo duševní úkol, který má jedinec, skupina, tým splnit. Tým musí najít společným aktivním úsilím všech členů řešení, aby byl úkol splněn.
- b) **Simulační hra** – využívá simulovaného prostředí a atmosféry k vstupu účastníka do určité sociální role. Trénují se zde specifické dovednosti k řešení situace v reálném prostředí.
- c) **Inscenační hra** – účastníci jsou stavěni do situací, ve kterých je soupeřem každý jen sám sobě. Účastník rozvíjí svou vlastní osobnost a zároveň poznává své vlastní možnosti.
- d) **Dramatická hra** – je založena na mezilidském kontaktu, komunikaci, setkávání jedinců a skupin v nejrůznějších situacích, kde na sebe vzájemně působí. Skupiny a jedinci se střetávají ve svých motivech, potřebách, přáních, cílech a vytvářejí tak děj, do kterého každý účastník různě vstupuje do konkrétní role. Námětem dramatické hry může být historický příběh, literární předloha, televizní, rozhlasová či novinová zpráva atd.
- e) **Psychodrama** – pracuje s vyšší psychickou zátěží a jde o přesně individuální, subjektivní a spontánní záležitost. Lze hrát sebe v určitých situacích, vyjadřovat své pocity. Využívá se i princip výměny rolí mezi hráči a následné dohrávání děje jiným hráčem.
- f) **Sociodrama** – je hraní rolí v situacích, které zahrnují normy dvou nebo více skupin nebo kultur s cílem porozumět jim, vcítit se do nich, pochopit je.
- g) **Cvičení** – zde se prakticky učíme, tvoříme a rozvíjíme, případně upevňujeme dovednosti, vědomosti nebo návyky účastníků.
- h) **Test** – ověřování dovedností, vědomostí a schopností, obvykle z určitého oboru lidské činnosti.
- i) **Závod, utkání, turnaj, soutěž** – jde o dosažení výkonu podle pravidel určitého sportu či disciplíny.

- j) **Pořad** – je autorsky koncipovaný program, účastník je posluchačem nebo divákem.
- k) **Dílna, ateliér** – tematicky zaměřený program nebo programový celek stimulující tvořivé a tvůrčí přístupy, při kterých jsou účastníci v roli tvůrců. Obsahuje stimulační, cvičné, poradenské a inspirativní metody.
- l) **Miniškola** – celek zaměřený na výuku tělocvičnou aktivit a sportů s propracovanou metodickou řadou, rozdělenou do několika dílčích, logicky na sebe navazujících částí.
- m) **Minikurz** – je věnovaný rozvoji určité dovednosti nebo nabízející seznámení s některým z oborů lidské činnosti.
- n) **Výstava, vernisáž** – obvykle prezentace výsledků uměleckého usilování účastníků, často doplněná o specifické prvky (hostina, aukce aj.).
- o) **Představení** – forma uměleckého prezentování výsledků, usilování účastníků kurzu s tím, že účastníci aktivně vstupují do rolí, které si připravili (divadelní, literární).
- p) **Přednáška** – odborník na dané vybrané téma monologickým způsobem hovoří k účastníkům.
- q) **Beseda, diskuze** – všichni účastníci hovoří na zvolené téma.
- r) **Seminář** – komponovaný programový celek vzdělávacího charakteru, zaměřený na aktuální otázky života a společnosti.
- s) **Putování, výprava** – klasická i neklasická turistika nejrozličněji motivovaná a nejrozličněji realizovaná.
- t) **Relaxace, regenerace** – prostředky odpočinku, oddechu, zastavení, obnovy fyzických a psychických sil, často navozené uměleckými prostředky.

2.3 Období dospívání

V této kapitole seznámíme čtenáře s obdobím dospívání, jelikož úzce souvisí právě s věkem dětí, které by absolvovaly adaptační kurz. Nebudeme se zabývat tělesnou proměnou v období dospívání, protože to není až tak důležité, jako spíše informace o vývoji poznávacích procesů. Pro pedagoga, který se zúčastní adaptačního kurzu středoškoláků, bude přínosnější vědět, jak děti v tomto věku přemýšlejí, zpracovávají informace či řeší problémy.

Období dospívání je přechodnou dobou mezi dětstvím a dospělostí. Zahrnuje jednu etapu života, od 10 do 20 let. V tomto období dochází ke komplexní proměně osobnosti

v různých oblastech, jako jsou např. somatické, psychické i sociální. Mnohé změny jsou hlavně podmíněny biologicky, ale vždycky je významně ovlivňují psychické a sociální faktory, s nimiž jsou ve vzájemné interakci.² Průběh dospívání závisí na konkrétních kulturních a společenských podmínkách, z nichž vyplývají požadavky a očekávání společnosti ve vztahu k dospívajícím. Dospívání představuje specifickou životní dekádu, která má svoje typické znaky v rámci životního cyklu a svůj objektivní a subjektivní význam. Je to období hledání a přehodnocování, v němž má jedinec zvládnout vlastní proměnu, dosáhnout přijatelného postavení a vytvořit si subjektivně uspokojivou, zralejší formu vlastní identity. (Vágnerová, 2005)

2.3.1 Vymezení období dospívání

Období dospívání je v literatuře rozdílně děleno. Můžeme se setkat s členěním na období pubescence a adolescence, na dělení do dvou period – časnou a pozdní adolescenci, nebo na členění diferencovanější, které tuto vývojovou etapu rozděluje na prepubertu, pubertu a adolescenci.

K vymezení tohoto období budeme vycházet z publikace od Vágnerové (2005), která dělí období dospívání na ranou a pozdní adolescenci.

1. **Raná adolescence** – je označovaná jako pubescence a zahrnuje prvních pět let dospívání. Je časově lokalizována přibližně mezi 11. – 15. rok, s určitou individuální variabilitou. Nejnápadnější změnou je tělesné dospívání, spojené s pohlavním dozráváním, tj. pubertou. V rámci celkového vývoje dochází ke změně způsobu myšlení, dospívající je schopen uvažovat abstraktně, a to i o variantách, které reálně neexistují. Hormonální proměny stimulují změny emočního prožívání. Pubescent se začíná osamostatňovat z vázanosti rodiče, značný význam pro něho mají vrstevníci, s nimiž se ztotožňuje. Pro toto období je důležité přátelství, ale i první lásky, počáteční experimentace s partnerskými vztahy. Starší pubescenti usilují o odlišení vlastní skupiny od dětí i dospělých a tuto potřebu svému okolí signalizují prostřednictvím úpravy zevnějšku, specifického životního stylu, zájmů, hodnot apod.
2. **Pozdní adolescence** – zahrnuje dalších pět let života, trvá přibližně od 15 do 20 let, s určitou individuální variabilitou, zejména v oblasti psychické a sociální. Vstup do fáze pozdní adolescence je biologicky vymezen pohlavním dozráním, v této době obvykle dochází k prvnímu pohlavnímu styku. Je to doba především komplexnější

² vzájemné působení dvou nebo více činitelů

psychosociální proměny, mění se osobnost dospívajícího i jeho společenské pozice. Důležitým mezníkem je ukončení profesní přípravy, následované nástupem do zaměstnání, resp. volbou dalšího studia. V této době se rozvíjejí i vztahy s vrstevníky, především v oblasti partnerství. V 18 letech dosahuje adolescent plnoletosti, která není chápána jen jako právní charakteristika, ale funguje zároveň jako jeden ze sociálních mezníků dospělosti. Vágnerová ve své publikaci dále uvádí, že tato fáze dospívání je zaměřena na hledání a rozvoj vlastní identity, která by byla subjektivně přijatelná a alespoň částečně odpovídala představám adolescenta. Smyslem pozdní adolescence považuje poskytnout jedinci čas a možnost, aby porozuměl sám sobě, zvolil si, čeho chce v budoucnu dosáhnout a osamostatnil se ve všech oblastech, v nichž to současná společnost vyžaduje.

Langmeier a Krejčířová (2006) zase rozděluje dospívání na období pubescence a období adolescence. Období pubescence dále dělí na dvě fáze, a to fázi prepuberty a fázi vlastní puberty. U fáze prepuberty zmiňuje, že začíná prvními známkami pohlavního dospívání, zejména objevením se prvních sekundárních pohlavních znaků, a obvykle i „vlnkou“ urychlení v růstové křivce. U dívek trvá zhruba od 11 do 13 let, u chlapců probíhá fyzický vývoj asi o jeden až dva roky později. Fáze vlastní puberty nastupuje po dokončení prepuberty a trvá do dosažení reprodukční schopnosti. Teprve u období adolescence tvrdí, že je postupně dosahována plná reprodukční zralost a dokončování tělesný růst. Rychle se mění postavení jedince ve společnosti – došlo k přechodu ze základní školy do učebního oboru nebo na střední školu, začínají častější a hlubší erotické vztahy, mění se zásadně sebepojetí. Tělesný růst není rovnoměrný – dolní a horní končetiny rostou na začátku období dospívání rychleji, takže dochází k určité disharmonii postavy. Dělá to dojem tělesné nevyváženosti a pohybové neobratnosti.

2.3.2 Vývoj myšlení v období dospívání

Následující myšlenky o proměně uvažování u dospívajících jsou převzaty od Vágnerové (2005). Tvrdí zde, že v rané adolescenci dochází ke kvalitě způsobu uvažování, které umožňuje přesah konkrétní reality.

Vágnerová (2005, s. 332): „*Pro vývoj myšlení je charakteristické postupné uvolňování ze závislosti na konkrétní realitě*“.

Rozdíl mezi myšlením mladších školáků a dospívajících vymezuje autorka do dvou poznatků.

1. Prepubertální dítě chce poznat svět takový, jaký je.
2. Dospívající spíše přemýšlí o tom, jaký by tento svět mohl, resp. měl být. Dospívající je schopen uvažovat hypoteticky, o všelijakých možnostech, i o těch, které reálně neexistují nebo jsou málo pravděpodobné.

Typické znaky ve způsobu myšlení dospívajících charakterizuje do tří bodů:

1. Dospívající připouští variabilitu různých možností, která přispívá k rozšíření a obohacování úvah.
2. Dospívající dovede uvažovat systematictěji. Dochází ke změně způsobu manipulace s informacemi. Stanovuje si různé hypotézy a postupně je vyloučí nebo potvrdí. Je schopen akceptovat více možností, a proto dovede uvažovat o různých způsobech řešení.
3. Dospívající umějí experimentovat s vlastními úvahami a rozvíjí se tak jejich flexibilita myšlení. Toto experimentování s novou schopností představuje standardní prostředek jeho dalšího rozvoje.

Langmeier a Krejčířová (2006) se také drží dělení pokroků myšlení do pěti hlavních bodů.

1. Dospívající je schopen už pracovat s pojmy, které jsou obecnější.
2. Řeší-li problém dospívající, tak se nespokojí jenom s jedním řešením, které se právě nabízí, ale uvažuje i o různých alternativách, jak danou situaci vyřešit.
3. Dokáže vytvářet domněnky, které nejsou reálnou skutečností, ale jsou pouze možné, popřípadě až fantastické.
4. Je schopen aplikovat logické operace nezávisle na obsahu soudů.
5. V posledním bodu zastává myšlenku, že dospívající dokáže myslet o myšlení a vytvářet soudy o soudech.

2.3.3 Emoční vývoj období dospívání

Emoční neboli citový postoj období prepuberty se mění kvalitativně i kvantitativně, a tím se výrazně projevuje v chování. Znatelná je labilita. Myslím tím proměnlivost citů, které rychle vzniknou, jsou prudké a krátkodobé a bývají vyměněny jinou citovou kvalitou.

Chování je v této době výbušné. Stačí např. nepatrný podnět a objeví se intenzivní reakce vzteku, smíchu nebo smutku. Pro pedagogy bývá toto období náročné, a to díky tomu, že dítě reaguje překvapivě přecitlivěle a výbušně na situace, které mu kdysi v minulosti změnu nálady nezpůsobovaly. Různé citové projevy u těchto dětí jsou závislé na dosavadních zkušenostech, které získávají v předchozím vývoji, převážně ve vlastní rodině a ve skupině vrstevníků. V prepubertě počíná citlivost vůči nespravedlnosti a vůči kritice, která přichází od vychovatelů. Značnou důležitost připisuje i fyzický vzhled dětí v tomto období, protože jsou velmi citlivé na kritiku. Pubescent se stydí projevít city rodičům a také se brání projevu citů od nich, chová se k nim odmítavě až nevychovaně. Nemyslím tím však, že by pubescenti neměli mít potřebu citového kontaktu s rodiči, ale touží po uznání a chtějí být uznáváni. (Šimíčková-Čížková, J. aj., 2010)

Ve fázi vlastní puberty není už citová labilita, která byla typická pro prepubertu, již tak výrazná vlivem harmonizace somatického vývoje. Zvýšení tělesné energie zapříčiní pocit výkonnosti a zdatnosti. U těch jedinců, kteří mají značné výkyvy nálad, kde převládá negativní až agresivní chování, jde o jev, který je výsledkem dosavadních zkušeností získaných především z vlastní rodiny. Emoční ladění puberty se hlavně vyskytuje v sociálních vztazích, mluvíme v tom případě o sociálních citech. Speciálním znakem je, že emoční vázanost k rodičům se výrazně uvolňuje. Neschvalují jejich citové projevy, jejich chování a neprojevují k nim moc vřelosti. K rodičům si může pubescent vytvořit pocity úcty a obdivu na straně jedné, až po nezájem a nenávisť na straně druhé, podle toho, s jakými reakcemi se u nich setkávají. Právě citové odpoutání od rodičů vyvolává v nich potřebu sblížit se citově s někým jiným. Vznikají tedy lepší kamarádské vztahy. Kdybychom se podívali, jak to vypadá ve vztahu k druhému pohlaví, tak zjistíme, že zde mizí vzájemná odměřenost chlapců a děvčat. Dochází ke vzájemnému sblížování, které má v počátku jen podobu škádlení či koketování. U puberty je však velká potřeba navazovat nové vztahy, a tak dochází k prvnímu zamilování. Mnozí vychovatelé reagují až sentimentálně a úzkostně na nové vztahy svých pubertálních potomků a přeceňují význam takového vztahu pro další vývoj. City k sobě v pubertě jsou nevyrovnané, staví se kriticky k sobě, pochybuje o svých kvalitách a přecitlivěle reaguje na kritiku vůči své osobě, což může vést dokonce až k pocitům osamění a izolace. (Šimíčková-Čížková, J. aj., 2010)

2.3.4 Sociální vývoj v období dospívání

V této podkapitole se budeme věnovat tomu, jak se vyvíjí dospívající ve společnosti. Začneme od fáze prepuberty, na ni pak navazuje část vlastní puberty a adolescence. Níže uvedený text je převzat z úvah od Šimíčkové-Čížkové, J. aj. (2010).

Začátek osamostatňování dětí od rodiny je typické už v období prepuberty. Citové vazby k rodičům se uvolňují, uznávají u rodičů spíše chování, které je dospělejší. Někteří autoři tvrdí, že se prepuberta nachází v sociálním vakuu, protože už nejsou dětmi, ale nejsou zároveň ani dospělými. Děti navazují více kontaktů s vrstevníky, sdružují se do skupin podle společného zájmu. Vztahy, které jsou nezávazné, nejsou pevné a často střídají své kamarády. Kontakty v období prepuberty mezi chlapci a děvčaty se vyskytují jen zřídka, mnohdy až budí odpor, a to má za následek, že se mezi vrstevníky tvoří skupiny čistě chlapecké a dívčí. Je to určeno i tím, že děvčata bývají vyspělejší, a proto se mohou více zaměřit na starší chlapce. Chlapci si v této době začínají vytvářet první party.

U dospívajících jedinců je sociální vývoj ovlivněn jejich snahou po nezávislosti, která se projevuje tím, že chtějí samostatně rozhodovat, uplatňovat vlastní názor v rozhovoru s dospělými. Při těchto rozhovorech právě často dochází k rozporu, kdy se pubescent snaží názorově odlišit od svých vychovatelů. Toto přání po odlišnosti může zanechat známky v chování, kdy proti samovolné řeči rodičů či učitelů vyvolá u „pubertáků“ reakci nezájmu nebo jen malého nadšení. Svou nezávislost mohou dokazovat i tím, že budou napodobovat některá chování dospělých, jako je např. kouření, pití alkoholu a nadsazením v používání vulgarismů, se kterými mají pocit dospělosti. V pubertě je důležité navazování nových kontaktů, hraní nových rolí v odlišných skupinách jedinců. Mezi vrstevníky je typická jednotnost jak v oblékání, tak v chování či názorech. V těchto skupinách ztrácí svou individualitu, získává skupinové vzory i hodnoty, debatuje o morálce, o smyslu života a zažívá podporu vlastních názorů. Tyto skupiny jsou důležité pro vyžívání osobnosti, neboť se upevňuje sebepojetí, sebevědomí a k nabírání síly pro další střety se společenskými požadavky. Pokud pubertou je význam party přeceňován, kdy jedinec přestává komunikovat s jinými členy sociálních skupin, pak se pravděpodobně jedná ještě o nezralého jedince.

Ve stádiu adolescence se převážně rozvíjí sociální vazby, především kvantitativně. V některých publikacích tento časový úsek nazývají jako období extraverze, kdy tedy přistupují k vnějším podnětům. Značná je touha patřit do různých skupin a pohybovat se co nejčastěji ve společnosti. Na přehnanou autoritativnost dospělých reagují adolescenti odporem, vzbuzují konflikt, staví se do protikladu.

Adolescenti projevují svůj sklon ke sdružování potřebou navazování erotických vztahů s druhým pohlavím. Je to etapa prvních lásek, stádium citové příbuznosti, kdy se vyznačuje značná nekritičnost partnera, nerozumnost v jednání, velkých hromadných zájmů. Když dojde ke zklamání prvních lásek, bolestně to prožívají, neboť se poraní jejich nevyvážený sebecit. Při nedostatku erotických zkušeností může dojít ke snižování sebehodnocení. Aby adolescent získal větší sebevědomí, tak potřebuje být úspěšný a dostávat pochvaly od svého okolí. V okamžiku, kdy se něco nepovede, snaží se tento neúspěch kompenzovat jinou činností, aby se jeho snížený sebecit vyrovnal.

Jako mezi další důležité faktory u adolescenta patří volba povolání. Jde o úkol poměrně náročný, neboť ještě nemusí pořadně vědět, jak je zájmově vyhraněný, není zcela vyvinut jeho rozvoj schopností, totožnosti a nezávislosti. Je všeobecně známo, že je u chlapců obtížnější si vybrat určité povolání než u děvčat. Důvodem je výraznější tlak na profesionální orientaci, neboť právě od chlapců se očekává, že se stanou ekonomicky samostatnými a budou mít vyšší postavení ve společenské hierarchii. Dále se také u chlapců předpokládá profesionální úspěšnost a jsou často vnímáni jako následníci rodinné tradice, nebo jako objekty nesplněných přání rodičů. Děvčata plní spíše roli mateřskou a partnerskou. Nároky na kvalitu a úroveň profesionální přípravy jsou vedlejší.

2.4 Adaptační kurzy

2.4.1 Charakteristika

Adaptační kurzy jsou určitou prevencí sociálně patologických jevů v rámci školní docházky. Pracují s prvky zážitkové pedagogiky, která využívá prožitky a zážitky jako prostředky výchovy a vzdělávání. Tyto kurzy jsou primárně určeny 1. ročníkům středních škol a odborných učilišť, či 6. ročníkům základní školy. Týkají se i kolektivů, kde dochází např. ke sloučení dvou tříd, změně třídního učitele, či jiné zásadní změně ve skupině. Jsou orientované na práci v týmu, užší seznámení mezi spolužáky, ale i s třídním učitelem, napomáhají při fixaci osobnosti v kolektivu a posílení osobní stability. Studenti mají možnost strávit společně s třídním učitelem a instruktory vymezený čas tak, aby se formou her, činností a aktivit různého druhu navzájem poznali, aktivně prožili určité situace a získali pozitivní zkušenosti, které jim pomohou řešit různorodé problémy a aby tak získali dovednosti a schopnosti obstát v náročných sociálních a životních podmínkách a lépe se vyrovnali s přechodem na středoškolský typ studia. (o. s. PREVENT, [online])

2.4.2 Projektování

Organizátoři při přípravě a realizaci kurzu bezesporu procházejí celou řadu fází. Každý projekt, ať se jedná o odpolední program pro děti nebo tábor či nějaký kurz, má jasně nadefinováno několik fází přípravy a realizace. Některé mohou trvat třeba jen několik minut, nebo se nemusí objevit vůbec. Poskytneme tedy jakýsi návod, jak akci připravit a zrealizovat, aby byla úspěšná. Hanuš-Chytilová (2009) se zmiňuje o 14 bodech:

- 1. Cílování a tvorba základní myšlenky** – vytvoření ideje, která upřesňuje, jakou akci chceme udělat a pro koho. Vytvoření myšlenky může být dílem jednotlivce či kolektivu.
- 2. Specifikace cílové skupiny** – důležité je zamyslet se, jací jsou to lidé, co je pro ně typické, čím se liší od jiných cílových skupin, odkud pocházejí, jaké mají vzdělání. Zodpovězením těchto otázek poznáme lépe cílovou skupinu, pro niž chceme akci vytvářet.
- 3. Stanovení cílů** – jedná se o základní úkol, který je potřeba udělat před realizací akcí. Měl by se ho zúčastnit celý realizační tým, aby všichni členové znali definované cíle, které slouží k sestavování programu akce. Tyto cíle nám také pomáhají při hodnocení úspěšnosti akce.
- 4. Sestavení realizačního týmu a role v týmu** – nyní potřebujeme lidi, kteří pomohou naši myšlenku zrealizovat. Pokud jde o malou vycházku s menší skupinou, tak to zvládneme nejspíš sami. Při náročnější akci zajistíme větší počet lidí. Musí mít dostatečné znalosti, schopnosti a chuť stanovenou myšlenku realizovat. Abychom měli plně funkční tým programových rolí, abychom mohli zrealizovat všechny programy, musíme obsadit celé spektrum týmových rolí.
- 5. Zajištění ubytování a stravování** – zajistit objekt, který bude splňovat naše požadavky na ubytování a stravování. Kromě toho musí spoluvytvářet atmosféru projektu. Jedním z klíčových faktorů je také cena objektu, proto při hledání správného místa nikam nespícháme.
- 6. Sestavení programu** – na základě vytyčených cílů do předem připraveného časového harmonogramu vytvoříme program projektu. Pro zařazování jednotlivých programů používáme určitá dramaturgická pravidla.

- 7. Zajištění materiálu a služeb** - obstaráme další materiály (papíry, tužky atd.) a služby (doprava atd.), které vznikly z přípravy programu projektu.
- 8. Tvorba rozpočtu** – základní prostředek pro stanovení ceny akce. Rozpočet se snažíme stanovit tak, aby byl přiměřený pro účastníky kurzu. Zahrnujeme do něj nákladové a příjmové složky.
- 9. Fundraising** – získávání financí do rozpočtu akce na základě sponzorů, grantů či darů.
- 10. Propagace** – cílem je zajistit dostatečný počet účastníků pro pořádání akce s co nejnižšími náklady. Využíváme např. inzeráty, letáčky, články v časopisech nebo můžeme veřejně vystupovat na některých místech. Tato propagace je zbytečná, jestliže pořádáme akci pro předem známou skupinu. V ostatních případech musíme omezit kapacitou míst množství účastníků, kteří budou splňovat naše požadavky.
- 11. Komunikace s účastníky** – začíná tím, že se nějakým způsobem účastníci o akci dozvědí, a obdržíme jejich přihlášku. Následně obratem odesíláme dopis, který potvrzuje přijetí přihlášky a sdělí se informace o dalším postupu včetně způsobu placení.
- 12. Příprava týmu před akcí** – realizační tým se setkává na schůzkách, kde se navzájem seznámí, myšlenkově sladí, jakým způsobem a kde budou akci propagovat, seznámí se s objektem a podílí se na tvorbě programu.
- 13. Práce týmu v průběhu akce** – realizační tým řeší nejrůznější situace. Projeví se zde schopnosti jednotlivců i týmu jako celku.
- 14. Práce týmu po akci** – vyhodnotit zrealizovanou akci. Zhodnotíme naplnění vytyčených cílů, úspěchy, ale i neúspěchy a navrhneme, jak se jich vyvarovat. Celé zhodnocení vypíšeme do závěrečné zprávy.

3 Analýza adaptačních kurzů na středních školách v Mladé Boleslavi

Tato kapitola pojednává o současném stavu konání adaptačních kurzů na středních školách v Mladé Boleslavi. Je zde zřízeno jedenáct středních škol různého zaměření. Na počátku měsíce března byly navštěvovány všechny střední školy, na které jsme měli promyšlené otázky tak, aby nám co nejvíce pomohly k sestavení vlastního kurzu. Bylo hovořeno se sekretářkami, řediteli, zástupci ředitele a výchovnými poradci, kteří mají tyto aktivity na starost.

Získané informace jsou sepsány v tabulce č. 1. Je zde sepsán konkrétní seznam středních škol v Mladé Boleslavi a v příslušném řádku je uvedeno, zda škola pořádá či nepořádá adaptační kurzy, jak dlouho popřípadě trvají, kde se konají a poslední sloupec vyjadřuje počet zúčastněných tříd a učitelů.

Dospěli jsme k závěru, že z jedenácti středních škol v Mladé Boleslavi pořádá adaptační kurzy pouze pět škol, jak procentuálně znázorňuje graf č. 1. Z grafu jde vidět, že více jak polovina středních škol v Mladé Boleslavi adaptační kurzy nepořádá. Nabízí se otázka, proč tomu tak je. Většina škol se shodla v tom, že hlavním důvodem nekonání adaptačních kurzů jsou finance, které by rodiče, (popřípadě děti samotné) museli investovat do tohoto kurzu. Studenti navštěvující např. soukromou Střední podnikatelskou školu Hermés či Soukromou střední školu Maju či Střední školu gastronomie a hotelnictví nemají finance na další školní aktivity, protože platí školné. Mezi další faktory patří praxe na školách či neochota personálního obsazení školy. Některé střední školy, jako je např. Střední zdravotnická škola, alespoň pořádají jednodenní výlety, kde se děti mají možnost seznámit.

Tab. 1: Současný stav pořádání adaptačních kurzů středních škol v Mladé Boleslavi

Název školy	Pořádání kurzu (ano/ne)	Doba trvání kurzu (dny)	Místo konání	Počet tříd/žáků
Gymnázium Dr. Josefa Pekaře, Mladá Boleslav, Palackého 211	ano	3	rekreační středisko Poslův Mlýn, rekreační středisko Drhleny	5/150
Gymnázium, Mladá Boleslav, Palackého 191/1	ano	3	rekreační středisko Seba, volnočasové středisko Radostín, o.p.s.	2/60
Integrovaná střední škola, Mladá Boleslav, Na Karmeli 206	ne	-	-	-
Obchodní akademie a Vyšší odborná škola ekonomická a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky, Mladá Boleslav, T.G.Masaryka 14	ano	5	Bartošova pec u Turnova	4/120
Soukromá střední škola MAJA, s.r.o.	ne	-	-	-
Střední odborná škola a Střední odborné učiliště, Mladá Boleslav, Jičínská 762	ano	3	rekreační středisko Poslův Mlýn	5/120
Střední průmyslová škola, Mladá Boleslav, Havlíčkova 456	ne	-	-	-
Střední škola gastronomie a hotelnictví Mladá Boleslav, s.r.o.	ne	-	-	-
Střední škola podnikatelská HERMÉS MB s.r.o	ne	-	-	-
Střední zdravotnická škola, Mladá Boleslav, B. Němcové 482	ne	-	-	-
ŠKODA AUTO a.s., Střední odborné učiliště strojírenské, odštěpný závod	ano	4	Penzion Bílý dům, Libuň	2/32



Graf č. 1: Procentuální vyjádření pořádání adaptačních kurzů středních škol v Mladé Boleslavi

Nyní se zaměříme na střední školy, které adaptační kurzy pořádají. Podíváme se na jednotlivé fáze přípravy a realizaci projektu adaptačního kurzu, které uvádí Hanuš-Chytilová, jako podstatné body pro úspěch vlastní realizace akce. Na základě těchto získaných dat pak sestavíme vlastní projekt, který se bude snažit vyjímát nad ostatními.

Gymnázium, Mladá Boleslav, Palackého 191/1

Jedná se o školu, kde probíhá osmileté a všeobecné studium. Při návštěvě této školy jsme měli čest mluvit se zástupcem ředitele panem Mgr. Radimem Holanem, který nás odkázal na výchovného poradce Mgr. Radka Kotlabu. Pan Kotlaba vytváří na této škole samotný program adaptačních kurzů 14 let a sdělil nám, že jejich škola byla první, která začala s touto aktivitou v Mladé Boleslavi.

Této akce se většinou účastní dvě třídy se šedesáti žáky. Délku kurzu přizpůsobují tomu, jak vychází začátek školního roku. Zpravidla to bývají tři dny. Žáci přijdou v září do školy, kde mají slavnostní zahájení a ještě tentýž den odjíždí na místo pobytu. Škola navštívila 2 rekreační střediska, která jsou v blízkém okolí Mladé Boleslavi. Zprvu navštěvovali rekreační středisko Seba u Mnichova Hradiště. Přestože je středisko uzpůsobeno pro veškerou klientelu, nebyli zde ale spokojeni. Důvod změny střediska způsobila nespokojenost se zdejším stravováním. Druhé středisko, které navštěvují, je volnočasové středisko Radostín, o.p.s. Radostín je malá víska, rozložená v údolí Mohelky, kde není obchod, pošta a další běžná občanská vybavenost. Vše dostupné je v blízké obci Radimovice, nebo v 10 km vzdáleném Turnově.

Cílování a tvorba základní myšlenky:

Hlavní cíl tohoto programu mají založený na principu seznámení se mezi sebou, a také aby třídní učitel poznal lépe své studenty.

Stanovení cílů:

Na vytváření programu se podílí Mgr. Radek Kotlaba. Ostatní členové jsou s ním seznámeni.

Sestavení realizačního týmu:

Kurzu se zúčastní tělocvikář, 2 třídní učitelé, hudebník a zpravidla výchovný poradce, Mgr. Kotlaba.

Dramaturgie:

Program kurzu mají rozdělen do dvou forem. První program je pohybově založený a ve druhém programu převládají psychologicko-sociální aktivity, kde děti převážně pracují s papírem a tužkou. Zařazují do programu volnočasové aktivity, kde dětem jsou nabízeny různé typy činností a svobodně si mohou vybrat, kterou aktivitu si zvolí.

Zajištění materiálu:

Většinu pomůcek (papíry, tužky, míče, fáborky atd.) si škola zprostředkovává z vlastních zdrojů.

Tvorba rozpočtu:

Konečná cena kurzu na jednotlivého žáka činí podle toho, které středisko využívají. Většinou to bývá od 800 do 1000 Kč.

Fundraising:

Škola nevyužívá žádné finanční zdroje z grantů, sponzorů či dárců.

Komunikace s účastníky:

V červnu se koná rodičovská schůzka, kde jsou sděleny všechny potřebné informace.

Práce týmu po akci:

Škola si vytváří sama zpětnou vazbu kurzu diskuzí s účastníky kurzu.

Gymnázium Dr. Josefa Pekaře, Mladá Boleslav, Palackého 211

Škola poskytuje středoškolské vzdělání zakončené maturitní zkouškou. Nabízí osmileté studium pro žáky, kteří ukončili 5. ročník ZŠ a čtyřleté studium pro žáky, kteří ukončili 9. ročník ZŠ.

Gymnázium Dr. Josefa Pekaře se snaží, aby studenti odjeli na adaptační kurz hned v prvním týdnu školního roku. Jak už jsem zmínil výše, škola má osmileté a čtyřleté

studium, a proto připravují každý rok dva programy. Děti z osmiletého studia pobývají tři dny v rekreačním středisku Drhleny. Areál se nachází v srdci Českého ráje přibližně 20 km od Mladé Boleslavi, v katastru obce Drhleny, nedaleko Kněžmostu. Toto středisko navštěvují pravidelně, protože nabízí ideální podmínky pro školní akce a zároveň pro sportovní rekreaci. Přímou v areálu je k dispozici bazén, tenisový kurt, hřiště na volejbal a nohejbal, tři ping-pongové stoly pod střešou, dětský koutek a okolí areálu skýtá mnoho možností pro pěší turistiku. Této školní aktivity se účastní 1 třída v počtu 30 žáků pod dohledem 3 učitelů. Čtyřleté studium navštěvuje po dobu tří dnů rekreační středisko Poslův Mlýn. Účastní se tři třídy s 90 studenty, ke kterým se ještě přidají žáci z osmiletého studia příslušného ročníku (5. O). Celkový počet studentů tedy činí přibližně 120 studentů, kterým se věnuje 10 pedagogů.

Cílování a tvorba základní myšlenky:

Žáci se zde mají seznámit s řádem školy, třídní učitel má lépe poznat své žáky a především je vše založené na sdružování kolektivu a seznámení se mezi sebou.

Stanovení cílů:

V květnu konají všichni učitelé, kteří se mají zúčastnit kurzu, schůzku, kde vytvářejí program společně. Každý z učitelů má možnost vyjádřit své myšlenky.

Sestavení realizačního týmu:

Zde je třeba rozlišit osmileté a čtyřleté studium. Do rekreačního střediska Drhleny jezdí děti v prvním ročníku, jak už jsem se zmínil výše, a to jedna třída v počtu 30 žáků, kterým se věnují tři učitelé. Zpravidla to bývá tělocvikář, školní psycholog a třídní učitel. V rámci adaptačního kurzu v Poslově Mlýně škola uvolní 10 učitelů – třídní učitelé své třídy (4), školní psycholog, 2 tělocvikáři a zbytek se doplní jinými učiteli.

Dramaturgie:

Tato škola má sportovně založené adaptační kurzy. V Drhlenech sport omezují a zařazují do programu spíše procházky, případně koupání. V Poslově Mlýně převládají sportovní aktivity, dokonce se pořádají turnaje ve volejbale.

Zajištění materiálu:

Vycházejí pouze z vlastních zdrojů.

Tvorba rozpočtu:

Na jedno dítě z osmiletého studia (1. O) připadá částka 800 Kč a studenti ze čtyřletého studia platí 1000 Kč.

Fundraising:

Škola nevyužívá žádné sponzory.

Komunikace s účastníky:

S vyrozuměním o studium na škole oznamují žákům, že v červnu proběhne informační schůzka, ve které se dozví další potřebné informace k absolvování adaptačního kurzu.

Práce týmu po akci:

Studenti vyplní anketu na internetovém portálu školy.

Obchodní akademie a Vyšší odborná škola ekonomická a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky, Mladá Boleslav, T. G. Masaryka 14

Na této škole se adaptační kurzy konají už 8 let. Za hlavního organizátora se považuje pan tělocvikář Mgr. Sova. Škola jezdí do penzionu Bartošova pec u Turnova, kde jsou spokojeni. Jedná se o penzion, který se nachází v nádherném údolí Vazoveckého potoka, přímo u pseudokrasového útvaru, zvaného Bartošova pec. Středisko navštěvují pravidelně, protože je zde příjemná obsluha, krásné prostředí a absolutní klid s velmi širokou paletou služeb a aktivit. Zařízení nabízí kompletní zajištění sportovních aktivit za poplatek, které neodmítavě škola využívá. Převážně si půjčují rafty, využívají geocaching a možnost lukostřelby. Dále nabízejí lezení na skalách v lezeckém areálu, které ale nevyužívají. Za nepříznivého počasí mají k dispozici 2 učebny. Hlavní nevýhodou tohoto zařízení je málo sportovních hřišť. Není zde například možnost si zahrát fotbal, protože terén je značně nerovný.

Většinou, když studenti nastoupí v září do školy, odjíždí se až příští týden v pondělí. Této akce se zúčastní celkem 4 třídy s počtem 120 studentů, přičemž 2 třídy odjíždí v pondělí a ve středu odpoledne jedou domů a zároveň tímto autobusem přijedou z Mladé Boleslavi další 2 třídy, které odjíždí domů v pátek odpoledne.

Cílování a tvorba základní myšlenky:

Hlavním cílem je seznámit se mezi sebou, vnímat atmosféru kolektivu, vytvoření určitých vazeb mezi žáky.

Stanovení cílů:

Na vytváření programu se podílí výchovní poradci, kteří pak konají schůzku s třídními učiteli, kteří jsou seznámeni s přesnými informacemi.

Sestavení realizačního týmu:

Kurzu se zúčastní 2 tělocvikáři, dva třídní učitelé, psycholog.

Dramaturgie:

Adaptační kurz je sportovně-turisticky-psychologicky zaměřený. Podobně jako u Gymnázia, Mladá Boleslav, Palackého 191/1 mají program kurzu rozdělen do dvou forem. První program je sportovně založený a ve druhém probíhají psychologické hry pod vedením psycholožky Mgr. Valentové. Skupiny se navzájem střídají.

Zajištění materiálu:

Jak už bylo zmíněno, tak využívají možnosti střediska, ale převážnou část pomůcek mají z vlastních zdrojů.

Tvorba rozpočtu:

Za ubytování, stravování, cestu a za vypůjčení pomůcek platí studenti celkově 900 Kč.

Fundraising:

Jedním z pomocníků financování je Rada rodičů, která pomáhá při organizování provozu školy a zkvalitňování výchovné činnosti.

Komunikace s účastníky:

Vyrozumění o přijetí studia obsahuje informace o adaptačním kurzu. Případné informace dostanou v prvním týdnu v září a vše je i na internetových stránkách školy.

Práce týmu po akci:

Škola si vytváří sama zpětnou vazbu pomocí anonymních dotazníků.

ŠKODA AUTO a.s., Střední odborné učiliště strojírenské, odštěpný závod

Na této škole nám poskytla informace zástupkyně ředitele pro speciální třídy Mgr. Martina Řechtáčková. Adaptační kurzy pořádají jen pro dvě speciální třídy, ve kterých jsou děti s lehce mentální retardací. Jezdí na 4 dny (3 noci) do penzionu Bílý dům, který se nachází na okraji obce Libuň v Českém ráji. Tuto lokalitu rádi navštěvují, protože nabízejí velkou společenskou místnost, kde s dětmi tráví poměrně mnoho času. Libuň je také ideálním výchozím místem pro pěší i cykloturistiku. Jsou zde dvě vlakové a dvě autobusové zastávky, takže turistiku je možné doplnit o hromadnou dopravu a navštívit širší okolí. Z penzionu je výhled na zříceninu hradu Trosky, za kopcem jsou Prachovské skály a Jinolické rybníky. Vedle budovy jsou travnaté plochy pro různé hry, jako je např. fotbalové hřiště, tenisový a volejbalový kurt. Kurzu se účastní 2 třídy s počtem 32 žáků, na kterých se prostřídá do konce kurzu 8 učitelů.

Cílování a tvorba základní myšlenky:

Žáci by se měli seznámit mezi sebou navzájem a se svými vyučujícími.

Stanovení cílů:

Škola má každý rok stejný program.

Sestavení realizačního týmu:

Na realizaci kurzu se podílí osm učitelů a tři z nich jsou stabilní po celou dobu pobytu. Jedná se o tělocvikáře, dva třídní učitele a zbytek jsou mistři odborného výcviku, sociální pracovníci.

Dramaturgie:

V programu mají zahrnuté výlety, zdravotně, seznamovací hry, diskotéku. Žáci zde nemají žádné osobní volno.

Zajištění materiálu:

Vycházejí pouze z vlastních zdrojů.

Tvorba rozpočtu:

Celková cena kurzu stojí 1500 Kč. Žáci platí pouze 300 Kč, zbytek hradí škola.

Fundraising:

Škola nevyužívá žádné sponzory.

Komunikace s účastníky:

Škola posílá dopisy budoucím žákům.

Práce týmu po akci:

Na konci kurzu probíhá komunikace mezi žákem a učitelem. Další informace jsou podávány i od sociální pracovníci.

Střední odborná škola a Střední odborné učiliště,**Mladá Boleslav, Jičínská 762**

Tato škola, na kterou se projekt vztahuje, provádí adaptační kurzy po dobu tří dnů. Nejprve navštěvovali Nové Město pod Smrkem, kde jim vadilo málo prostoru pro své aktivity. Jako náhradní místo zvolili rekreační středisko Poslův Mlýn u Doks. Kurzu se účastní 2 maturitní třídy a 3 učňovské třídy v celkovém počtu cca 120 studentů. Tyto údaje nám poskytla hlavní vedoucí adaptačních kurzů, výchovná poradkyně Mgr. Lenka Wenzelová.

Cílování a tvorba základní myšlenky:

Hlavním úkolem je seznámit se mezi sebou, vytvořit vztah mezi učitelem a třídou.

Stanovení cílů:

Podílejí se na nich všichni učitelé, kteří se zúčastní kurzu.

Sestavení realizačního týmu:

Na realizaci se podílí výchovný poradce, školní preventista, dále 2 tělocvikáři a třídní učitelé.

Dramaturgie:

V programu mají zahrnuty seznamovací, pohybové hry, výtvarné činnosti, preventivní akce.

Zajištění materiálu:

Sportovní vybavení a finance na zajištění materiálu poskytuje škola.

Tvorba rozpočtu:

Celková cena kurzu činí 600 Kč na jednoho žáka.

Fundraising:

Škola nevyužívá žádné sponzory.

Komunikace s účastníky:

S rozhodnutím o přijetí na školu škola posílá informace o schůzce rodičů, která se koná v červnu, kde jsou sděleny bližší informace.

Práce týmu po akci:

Škola si dělá zpětnou vazbu jednou za čas formou dotazníku.

Z našeho zkoumání jsme zjistili, že různé školy mají různé metody, jak si svůj kurz zorganizují. V jednom se ale shodly všechny. Tato akce má děti přimět k tomu, aby se navzájem poznaly a vytvořily si vztahy mezi sebou, rozvíjely komunikaci a kreativitu. Pořádají je také hlavně proto, aby třídní učitel poznal své nové žáky. Výrazným problémem je zjištění, na které poukazuje množství studentů, kteří se účastní adaptačního kurzu. Myslíme tím konkrétně Gymnázium Dr. Josefa Pekaře a Střední odborná škola a Střední odborné učiliště, Mladá Boleslav, Jičínská 762. Jakákoliv akce s tímto počtem studentů je složitá na zorganizování, tak i ztrácí svoji původní podstatu. Proto v našem projektu se zaměříme na snížení tohoto počtu.

4 Návrh projektu adaptačního kurzu

Vytvořit projekt, aby se stal úspěšným, musí vyžadovat od realizačního týmu dostatek času k jeho přípravě. Můžeme říci, že s touto přípravou začneme už v zimním období, aby na začátku měsíce září bylo všechno precizně naplánované a nedošlo k případným zmatkům. Když nepodceníme tuto důležitou fázi, tak máme velkou pravděpodobnost, že náš kurz proběhne podle našich představ a očekávání. Nic víc nás nepotěší, než spokojenost zúčastněných. V opačném případě, když všechno budeme dělat „na poslední chvíli“, tak riskujeme případný chaos v průběhu kurzu.

Aby náš adaptační kurz byl prosperující, tak musíme postupovat při jeho tvorbě podle nějakých norem. Proto v následujících podkapitolách půjdeme kupředu podle myšlenek Hanuš-Chytilové.

4.1 Cílování

Jak je zmíněno v úvodu bakalářské práce, tak škola, na kterou budeme tento projekt vztahovat, už adaptační kurzy pořádá. Při rozhovoru s hlavní organizátorkou, Mgr. Lenkou Wenzelovou, která je ve funkci výchovného poradce, jsme se shodli v tom, že jejich kurz není úplně optimální a myšlenka vytvořit návrh adaptačního kurzu, podle kterého by se mohli následně řídit, se jí očividně líbila. Při konzultaci s tělocvikáři se tento nápad také zamlouval. Dospěli jsme k závěru, že není na škodu vyzkoušet něco nového.

4.2 Specifikace cílové skupiny

Střední odborná škola a Střední odborné učiliště, Mladá Boleslav, Jičínská 762 pořádá adaptační kurzy pro 2 maturitní a 3 učňovské třídy společně. Když se zamyslíme, tak studenti maturitních tříd a studenti učňovských oborů se ve škole potkávají minimálně, protože učňovské třídy jsou umístěny především mimo hlavní budovu školy. Je tedy zbytečné, aby tyto dvě odlišné formy studia pobývaly na stejném adaptačním kurzu. Náš projekt zaměříme pouze na jednu třídu, a to právě na obor Technické lyceum (1. L). Do školního roku 2011–2012 bylo přijato do Technického lycea 30 studentů. Když budeme vycházet z těchto údajů, tak náš projekt bude realizovatelný tedy pro 1 třídu s cca 30 studenty. Nabízí se otázka, co udělat s ostatními třídami. Nejlepší by bylo, kdyby byla vytvořena vlastní akce. Další alternativou může být, že se po skončení kurzu třídy vystřídají. Nyní se zmíníme o oboru, jehož studenti se kurzu zúčastní, a o samotné střední škole.

Studijní obor Technické lyceum je koncipován jako odborné technické studium s vyšším podílem všeobecného vzdělávání a výrazným zastoupením technického myšlení. Absolvent je připraven k dalšímu studiu technických oborů. Student získá odborné kompetence uplatnitelné i při přímém vstupu na trh práce. Může se uplatnit na všech pracovištích, na kterých se vyžaduje znalost s prostředky informačních a komunikačních technologií, řešení jednodušších programátorských úloh, tvorba a úprava webových stránek, využívání CAD systémů, znalost dvou cizích jazyků, znalost základních poznatků z ekonomiky, řízení, pracovního práva a managementu.

Střední odborná škola a Střední odborné učiliště, Mladá Boleslav, Jičínská 762 má bohatou historii zemědělského školství v Mladé Boleslavi. Škola zahájila vlastní výuku 1. září 1883. V roce 1888 pak byla škola přeměněna na školu rolnickou s dvouletým celoročním vyučováním. V roce 1952 byla na základě usnesení školských orgánů ministerstva zemědělství zřízena jako Zemědělská technická škola. Měla připravovat kvalifikované zemědělské odborníky. V roce 1993 byly integrovány do školy obory maturitní a obory učební se vzájemnou prostupností. V roce 1999 škola splynula se Středním odborným učilištěm stavebním a Učilištěm Josefův Důl a vznikl nový subjekt s názvem Střední odborná škola, Střední odborné učiliště a Učiliště - Centrum odborné přípravy. Současný název nese od 1. září 2005 a ředitelem školy je RNDr. Jiří Šlégl.



Obr. 1: Logo školy

Zdroj: www.odbskmb.cz

V posledních letech došlo k postupným rekonstrukcím. Rozšířily se dílenské prostory, kde se nacházejí pracoviště pro truhláře a zedníky. V roce 2005 vznikla laboratoř měření, učebna pro praktickou výuku, šatny a sociální zázemí pro žáky a také sborovna pro učitele odborného výcviku. Ve škole jsou zřízeny dvě moderní učebny pro výuku informačních a komunikačních technologií. Škola vlastní také nedaleký objekt, Domov mládeže. Kromě ubytovacích kapacit se zde nacházejí učebny pro výuku žáků učebních oborů, tělocvična a kuchyň s jídelnou.



Obr. 2: Areál školy

Zdroj: www.odbskmb.cz/oskole/index.php

4.3 Realizační tým

Nezbytnou podmínkou je vybrat „týmové hráče“. To je často velký problém, protože mnozí učitelé neumějí nebo nechtějí v týmech pracovat. Ředitel školy RNDr. Jiří Šlégl proto musí být modelem žádoucím vlastností týmové práce a současně stimulovat a podporovat takové chování u druhých. Jeho týmovou úlohu lze spatřovat v tom, že zadává úkoly k diskusi a řešení, vytváří podmínky pro týmovou práci, účastní se jí, byť leckdy jen v roli pozorovatele, vyžaduje výstupy z jednání týmu.

Kurzu se tedy účastní přibližně 30 studentů. Na tento počet dohlédne 5 učitelů. Mezi pedagogy, kteří plní funkci jako organizátoři seznamovacího kurzu, patří: hlavní vedoucí, jeho zástupce, třídní učitelé, výchovný poradce, metodik primární prevence a učitelé tělocviku. Každý z nich má svoji specifickou práci, která se podílí na plynulém průběhu akce.

Vedoucí kurzu (určeným ředitelem) bude paní učitelka Mgr. Lenka Wenzelová, která má výborné organizační schopnosti. Zároveň se uchopí funkce výchovného poradce, protože má zkušenosti z oblasti psychologie. Zástupcem vedoucího kurzu se stane paní učitelka Mgr. Dana Balounová. Současně bude působit jako metodik primární prevence. Na pozici zajišťování a organizaci sportovních činností umístíme učitele tělocviku, jmenovitě pana Mgr. Petra Hyblera a Mgr. Vladimíra Nejedlého. Samozřejmě nezapomeneme na Mgr. Kláru Špačkovou jako třídní učitelku do nově přijatého oboru. O zajištění ubytování, dopravu a další organizační schopnosti se postará zástupce vedoucího kurzu Mgr. Balounová. Současně bude vykonávat ekonoma a vytvoří rozpočet kurzu. Učitelé tělocviku budou sloužit jako zdravotníci. Finální podobu programu kurzu

provede vedoucí kurzu. Třídní učitelka nám poslouží jako pomocník při organizaci kurzu. Pro přehled jsou jména osob personálu sepsána v tabulce.

Tab. 3: Realizační tým

Učitel	Zkrakta	Funkce
Mgr. Lenka Wenzelová	Wá	vedoucí kurzu, výchovný poradce, organizační schopnosti
Mgr. Dana Balounová	Ba	zástupce vedoucího, metodik primární prevence, organizační schopnosti
Mgr. Petr Hybler	Hb	zajišťování a organizace sportovních aktivit, zdravotník
Mgr. Vladimír Nejedlý	Ný	zajišťování a organizace sportovních aktivit, zdravotník
Mgr. Klára Špačková	Šč	třídní učitel, pomocník při organizaci

4.4 Časový harmonogram příprav

Tab. 4: Časový harmonogram příprav

Leden - Únor (2013)	<ul style="list-style-type: none">• Sestavení realizačního týmu.• Výběr vhodné lokality v okolí Mladé Boleslavi pro pořádání adaptačního kurzu.• Stanovení cílů.• Rozdělení dílčích úkolů.
Březen	<ul style="list-style-type: none">• Objednat termín kurzu.• Zajistit rezervaci na ubytování předpokládaného počtu účastníků a stravování.• Objednat autobus (tam i zpět).• Stanovit přesný rozpočet kurzu.
Duben	<ul style="list-style-type: none">• Hledání sponzorů.• Student obdrží krátkou informaci o adaptačním kurzu.• Upřesnit počty lidí, které se účastní kurzu na základě přijímacího řízení.
Květen	<ul style="list-style-type: none">• Řediteli poskytnout všechny podklady k uspořádání kurzu.• Sestavení programu kurzu.
Červen	<ul style="list-style-type: none">• Schůzka s rodiči 1. ročníků.
Červenec - Srpen (Prázdniny)	<ul style="list-style-type: none">• Vyvěsit informace na internet.• Zajištění materiálu a služeb.• Řešení posledních problémů.
Září	<ul style="list-style-type: none">• Realizace kurzu.• Závěrečné zhodnocení.

4.5 Vhodná lokalita pro pořádání adaptačního kurzu

V lednu se koná první schůzka našeho realizačního týmu. Na programu je výběr vhodného prostředí. Vzájemnou dohodou se rozhodneme pro rekreační středisko Poslův Mlýn u Doks. Následující informace jsme získali z internetových stránek střediska.

Proč jsme vybrali právě tuto lokalitu? Když se zamyslíme, tak odpověď je velmi jednoduchá. Co jiného potřebujeme, než oplocený, bezpečný areál v klidném a tichém prostředí s nepřeberným množstvím venkovních sportovišť a vlastní písčitou pláží s pozvolným vstupem do vody. Za nepříznivého počasí máme k dispozici klubovny, herny, učebny či tělocvičnu, kde můžeme strávit velkého množství času.

Je to rozlehlý areál, který je situován na břehu Poselského rybníka u Doks s nádherným výhledem na hrad Bezděz. Pěkná příroda, klid, množství cyklostezek a turistických tras, které jsou podmětem pro klidnou rekreaci. Právě toto středisko má vhodné podmínky pro realizaci našeho adaptačního kurzu, protože nabízejí jak pobyt pro mateřské, základní, střední školy, gymnázia, tak i pro sportovní oddíly či mateřská centra. Je zde možné ubytování pro celé třídy v jedné budově s možností uzamčení a také se společným sociálním zařízením. Nabízí se zde ubytování v chatkách nebo v bungalovech, kde vždy dva pokoje mají jedno sociální zařízení. Všechna sportoviště, herny, učebny a tělocvična jsou po celou dobu ubytování zdarma, což je velice výhodné. Kdybychom se zmínili o stravě v areálu, tak nabízejí výbornou domácí stravu až pětkrát denně včetně pitného režimu. Návštěvníci mají i možnost dostat balíček na cestu a druhou večeři, což určitě využijeme. V případě našich požadavků lze zajistit dokonce i dietní stravování dětí. Bezlepková dieta, vegetariánská strava a podobně je ale za příplatek. Středisko také nabízí místa pro pořádání společenských večerů, diskoték, táboráků, grilování a podobných aktivit. Výhodou tohoto střediska je, že na každých deset platících dětí má jeden pedagog ubytování a stravu zdarma. Pedagogové dále mohou využívat čajového a kávového servisu v průběhu pobytu po celý den zdarma.

4.6 Stanovení hlavních cílů

Hlavní cíl už víme dlouho dopředu. Chceme, aby se děti navzájem seznámily a vytvořily si určité vztahy mezi sebou. Přesto na svolané schůzce se vytyčí další dílčí cíle, podle kterých se následně sestaví program kurzu. Každý z učitelů realizačního týmu má možnost vyjádřit své představy a očekávání. Vyslovují své myšlenky, které se zaznamenají. V tabulce jsou sepsány stěžejní cíle kurzu.

Tab. 5: Cíle kurzu

• Připravit žáky pro vstup do nové školy.
• Ukázat žákům na základě osobní zkušenosti výhody spolupráce.
• Vést žáky k toleranci, vstřícnosti a pochopení potřeb a postojů druhých.
• Vytvořit vnější podmínky, aby žáci mohli vnímat, přijímat, vytvářet a rozvíjet etické, kulturní a duchovní hodnoty, které nespočívají pouze v materiálním uspokojení lidských potřeb.
• Rozvinout u žáků schopnosti aktivně a tvořivě ovlivňovat měnící se životní a pracovní podmínky.
• Umožnit žákům navázat nové uspokojivé vztahy.
• Vést žáky k rozpoznání povahy problému a k jeho aktivnímu řešení na základě získaných dovedností a vědomostí.
• Rozvinout u žáků správné komunikativní dovednosti a demonstrovat nové formy efektivního a tvořivého využívání dostupných prostředků komunikace.

4.7 Rozpočet kurzu

Kurz proběhne v měsíci září od 2. 9. 2013 do 5. 9. 2013. Na tuto akci se nám nepodařilo sehnat žádné sponzory, proto budeme vycházet pouze z financí, které poskytne škola a samotní žáci.

Studenty i učitele ubytujeme v budově C₃, která stojí uprostřed areálu. Jedná se o 4, 5 a 6 lůžkové pokoje se společným sociálním zařízením vždy pro 2 pokoje se samostatnou verandou a posezením. Celková kapacita této budovy činí 37 lůžek.

Tab. 6: Rozpis pokojů

Budova C3 – 37 lůžek
C3/1 – 6 lůžek
C3/2 – 4 lůžka
C3/3 – 4 lůžka
C3/4 – 6 lůžek
C3/5 – 5 lůžek
C3/6 – 4 lůžka
C3/7 – 4 lůžka
C3/8 – 4 lůžka

Jako nejlepší možnost dopravy připadá v úvahu vlak či autobus. Cesta vlakem cenově vyjde přibližně stejně jako cesta autobusem a ještě bychom šli od vlakové zastávky asi 3 km pěšky do střediska, proto zvolíme dopravu autobusem. Zúčastní se přibližně 30 studentů a 5 učitelů, proto postačí objednat jeden autobus. Dopravu zajistí mladoboleslavská společnost Transcentrum bus s.r.o.

Rozpočet na náklady studenta zahrnuje stravu, ubytování, dopravu a další potřebné věci pro realizaci kurzu. Protože žáci nemají založený třídní fond, ze kterého bychom mohli čerpat peníze na potřebný materiál či na jejich odměny, proto konečná částka za kurz bude o něco vyšší. V případě že nastane situace a některý student náhle nepojede, stáhneme v našem rozpočtu počet zúčastněných o 5 studentů. Případné přeplatky po skončení kurzu budou vráceny studentům. Ubytování, stravu a dopravu učitelům hradí škola. Škola dále přispívá na vypůjčení pomůcek potřebných v kurzu. Konečná cena za dopravu je rozpočítána mezi všechny účastníky kurzu včetně učitelů. Z těchto východisek uděláme kalkulaci kurzu, která bude roztržena do přehledných tabulek s vysvětlivkami.

Tab. 7: Rozpočet adaptačního kurzu (náklady studenti)

Rozpočet adaptačního kurzu (náklady studenti v Kč)			
(počet studentů stažen o 5 studentů)			
	1 student/den	1 student/4 dny	25 studentů/4dny
Strava + ubytování	240,00	960,00	24 000,00
Doprava	28,00	112,00	2 800,00
Materiál	12,50	50,00	1 250,00
Odměny	12,00	48,00	1 200,00
Trika	12,50	50,00	1 250,00
Kopie Map	7,50	30,00	750,00
Rezerva	12,50	50,00	1 250,00
Celkem	325,00	1 300,00	32 500,00

Vysvětlivky:

- Materiál: 50,-/osoba - náklady na kancelářské potřeby – papíry, pastelky, atd.
- Odměny: 38,-/osoba - náklady na závěrečný večírek – pamětní listy, malé svíčky, diplomy.
- Rezerva: 50,-/osoba – buřty atd.

Tab. 8: Rozpočet adaptačního kurzu (náklady škola)

Rozpočet adaptačního kurzu (náklady škola v Kč)			
	1 učitel/den	1 učitel/4 dny	5 učitelů/4dny
Strava + ubytování učitelů	240,00	960,00	4 800,00
Doprava učitelů	28,00	112,00	560,00
Lano	52,00	208,00	1 040,00
Přilby	54,00	216,00	1 080,00
Lukostřelba	50,00	200,00	1 000,00
Celkem	424,00	1 696,00	8 480,00
Sleva			-2 880,00
Celkové náklady na školu po slevě			5 600,00

Vysvětlivky:

- Lano: Půjčení lana – záloha 1000 Kč.
- Přilby: Půjčení přileb – záloha 1000 Kč.
- Lukostřelba: Půjčení luků, šípů atd. – záloha 1000 Kč
- Sleva: Na 10 studentů 1 učitel zadarmo.

Tab. 9: Dílčí rozpočet za ubytování a stravu

Ubytování + strava	1 člověk/v Kč
1. den + polopenze (bez snídaně)	295
2. den + plná penze	320
3. den + plná penze	320
4. den + snídaně	25
Celkem	960

Tab. 10: Dílčí rozpočet za dopravu

	Cena (v Kč)
1 km	28
30 km	840
60 km (cesta tam i zpět)	1680
60 km (cesta řidiče tam i zpět)	1680
120 km	3360
Celková cena	3360
Cena na jednoho člověka (celková/30)	112

4.8 Komunikace s účastníky

První komunikace začne tím, že zletilý uchazeč nebo zákonný zástupce nezletilého žáka podá přihlášku ke studiu řediteli střední školy do března 2013. Následně nejpozději do půlky dubna 2013 (denní forma vzdělávání) obdrží zákonní zástupci nezletilých uchazečů nebo zletilí uchazeči vyrozumění, že škola obdržela přihlášku ke vzdělávání, případně pozvánku k přijímacímu řízení. Součástí dopisu budou rovněž kritéria přijímacího řízení a poučení o možnosti nahlédnout do spisu před vydáním rozhodnutí o přijetí či nepřijetí. Výsledky přijímacího řízení (seznamy přijatých a nepřijatých uchazečů) budou oznámeny zveřejněním na webových stránkách školy a na úřední vývěsce školy. Přibližně koncem dubna 2013, ve stanoveném čase, který určíme, bude možné si osobně vyzvednout rozhodnutí o přijetí či nepřijetí ke vzdělávání v sekretariátě školy. Při osobním vyzvednutí bude zároveň možnost odevzdat správně vyplněný zápisový lístek, který bude sloužit k potvrzení úmyslu uchazeče stát se žákem příslušného oboru vzdělávání na SOŠ a SOU, Mladá Boleslav, Jičínská 762. Tento zápisový lístek budou moci odevzdat nejpozději do 10 pracovních dnů ode dne oznámení rozhodnutí o přijetí, tedy do konce dubna 2013. Touto metodou zjistíme přesný počet účastníků kurzu.

Při odevzdání zápisového lístku dostane uchazeč nebo zákonný zástupce nezletilého uchazeče krátkou informaci o tom, že se rodiče mají dostavit v červnu do školy na rodičovskou schůzku se zálohou 1000 Kč za kurz, kde budou sděleny další informace ohledně adaptačního kurzu. Na této schůzce bude sdělen přesný čas a místo odjezdu a předpokládaný čas návratu, co si vzít s sebou, informace o ubytování, stravování aj. Tyto informace si ale nebudou muset poznamenávat, protože každý dostane informační leták o kurzu. Dále obdrží rodiče potvrzení o účasti svého dítěte na kurzu a prohlášení o bezinfekčnosti, které odevzdají v den odjezdu. Na závěr schůzky podotkneme, že veškeré informace a jejich případné změny najdou na internetových stránkách školy.

4.9 Příprava týmu před akcí

Na konci prázdnin, tedy koncem srpna, proběhne schůzka realizačního týmu. Na programu bude zajištění materiálu a služeb, ať už z financí, které poskytne škola, či z peněz od studentů, které budou potřebovat pro realizaci vlastního kurzu. Každý z týmu dostane za úkol něco obstarat. Třídní učitelka obstará papíry, čtvrtky, pastelky, tužky a další potřebné kancelářské potřeby. Učitelé tělocviku se postarají o sportovní vybavení – kbelík, míče, provazy, šňůry, gumy atd. Protože v programu kurzu jsou zařazené hry, které

vyžadují horolezecké vybavení, je potřeba zajistit tři dlouhá horolezecká lana, karabinu, sedáky a přilby. Tohoto problému se ujme pan učitel Hybler, který má odborné zkušenosti v oblasti horolezectví. Škola vlastní dvě horolezecká lana, 4 sedáky různých velikostí a karabiny. Je potřeba ještě zajistit jedno lano a 2 přilby pro bezpečnost studentů. Toto potřebné vybavení si vypůjčíme z Českého ráje outdoor sports, s. r. o. v Mladé Boleslavi. Cena za půjčení je připočítaná k nákladům na školu. Dále nesmíme zapomenout na film o škole, prezentaci učitelů, notebook s příslušným vybavením na promítání, videokameru či fotoaparát, mapy zdejšího okolí a mnoho dalších nezbytných věcí, které zajistí vedoucí kurzu Mgr. Wenzelová a její zástupce, Mgr. Balounová. Po vzájemné dohodě jeden člověk z realizačního týmu poskytne auto, které bude k dispozici po celou dobu trvání kurzu. Po domluvě se střediskem se shodnou na tom, že celý realizační tým sjede na místo pobytu již den předem, aby se po prázdninách naladil na nové žáky a středisko dobře připravil. Dovezou tam všechny potřebné věci, které budou potřebovat. Dalším úkolem této schůzky je obvolání služeb, které jsou sjednané. Ujistíme se tím, že je všechno v pořádku. Probíhá diskuze o posledních úpravách programu kurzu, který byl týmem sestaven v průběhu května.

4.10 Program kurzu

Na tvorbě programu pracuje celý realizační tým na pravidelných schůzkách po dobu jednoho měsíce. Při sestavování musíme vycházet z jednotlivých faktů, které jsou striktně dány a kterých se budeme držet. Ve vyhlášce Ministerstva zdravotnictví o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti se píše, že v režimu dne musí být pevně vymezena doba na spánek, osobní hygienu a stravování. Dále, že doba vymezená na spánek musí činit nejméně 8 hodin s výjimkou noci, kdy se pořádá noční hra. Režim dne musí odpovídat věku a zdravotnímu stavu dětí. Na základě těchto okolností navrhne časový harmonogram dne.

Budíček stanovíme na 7:30. Mohlo by se zdát, že je to brzo. Abychom ale stihli všechny aktivity, které máme naplánované, je tento čas optimální. Večerka je určena na 22:00, takže 8 hodin povinného spánku máme zaručeno. Vymezený čas pro večerní program je pouze orientační, může se lišit v závislosti na programu dne. Dbali jsme také na osobní volno před jídlem, před dopoledním a odpoledním programem. V této době mají studenti čas na hygienu a přípravu pro následující program. Důležitá je také pauza po obědě. Nyní zveřejníme časový harmonogram dne a program kurzu.

Tab. 11: Časový harmonogram dne

Časový harmonogram dne	
Čas	Aktivita
7:30	Budíček
7:30-8:00	Osobní hygiena
8:00-8:30	Snídaně
8:30-9:00	Příprava na dopolední program
9:00-12:00	Dopolední program
12:00-12:30	Osobní volno - příprava na oběd
12:30-13:00	Oběd
13:00-14:00	Polední klid
14:00-14:30	Příprava na odpolední program
14:30-17:30	Odpolední program
17:30-18:00	Osobní volno - hygiena - příprava na večeři
18:00-18:30	Večeře
18:30-19:00	Osobní volno - příprava na večerní program
19:00-21:30	Večerní program
21:30-22:00	Hygiena, příprava na večerku
22:00	Večerka

Tab. 12: Program kurzu

																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		</
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----

4.10.1 První den

Sraz všech účastníků kurzu je naplánován na 9:45 před internátem školy. Celý realizační tým je na místě už podstatně dříve, protože se musí připravit na nově příchozí žáky. Obstaráme dva stoly, na kterých budou učitelé zapisovat příchod nových účastníků, vybírat peníze za kurz s prohlášením o bezinfekčnosti. Toto prohlášení také obsahuje informaci, zda je žák na něco alergický a jestli užívá nějaké léky. Už při příchodu tedy budeme vhodně přistupovat k novým žákům, aby se postupně odbourávaly bariéry, strach a ostych. K tomu budeme mít na stole, kde zapisujeme příchod žáků, propisky s logem školy, poskytnuté školou jako symbolický dárek, které po zapsání novým žákům věnujeme. Příjezd autobusu ke škole je objednaný na 10:30. Předpokládaný odjezd je v 10:45. Máme tedy přibližně hodinu, abychom vyřídili všechny potřebné záležitosti. Následně nastoupíme do autobusu. Jeden učitel pojede autem. Při příjezdu do střediska proběhne ubytování. Rozdělení do pokojů necháme na studentech nebo je roztřídí učitelé. Prvním bodem našeho programu je oběd. Společné jídlo tak symbolicky může odstartovat směřování celého pobytu. Při obědě oznámíme žákům, aby přišli v 14:30 do učebny 1, která se nachází hned vedle jídelny. Po obědě následuje polední klid studentů na pokojích.

Během poledního klidu si učitelé připraví všechny podklady, které potřebují pro zahájení kurzu. Zahájení kurzu začneme tím, že učitelé žáky slovně přivítají na kurzu. Představí se také třídní učitelka nově přijatého oboru. Prvním bodem bude zmínka o pravidlech chování na adaptačním kurzu. Studentům řekneme, že abychom mohli adaptační kurz strávit pokud možno příjemně a bez úrazů, je třeba řídit se následujícími pravidly:

- Dodržuj pokyny svého třídního a dalších vyučujících.
- Dodržuj časový harmonogram. (Budíček, večerka, nástupy na jídlo atd.)
- Na kurz nepatří žádný alkohol, cigarety ani jiné omamné látky. Stejně tak nože či jiné předměty, které by mohly způsobit úraz.
- Studenti nesmějí opouštět rekreační areál.
- Poškození zařízení rekreačního areálu bude trestáno a jakoukoli škodu budou studenti hradit sami.
- Npropadej panice a pesimismu v případě nepřízně počasí!

Zdůrazníme také, že by bylo hezké, kdyby se všichni k sobě chovali slušně a pokud dojde k závažnému porušení kázně, může být student z kurzu vyloučen, případně potrestán dle školního řádu. Na programu jsou dále tyto body:

- Zveřejnění časového harmonogramu dne.
- Poskytneme informace o středisku (seznámení s areálem).
- Řekneme, že všechny materiály, které se týkají kurzu (Časový harmonogram dne, program dne) umístíme na nástěнку budovy C₃.
- Proběhne rozdělení pro lepší organizaci do dvou skupin po patnácti žácích.
- Na závěr ponecháme prostor na případné dotazy a řekneme jim, aby si vzali šátek na seznamovací hry 1.

Po zahájení kurzu je v programu výlet do okolí. Po krátké vycházce následují po skupinkách seznamovací hry 1. Skupiny č. 1 se ujme Mgr. Špačková a Mgr. Nejedlý. Skupiny č. 2 se ujme Mgr. Balounová a Mgr. Hybler. Za příznivého počasí zůstaneme venku, kdekoli v areálu, např. na fotbalovém hřišti. Za nepříznivého počasí půjdeme do tělocvičny či klubovny. Musíme podotknout, že časy uvedené u jednotlivých aktivit jsou přibližné, protože na počátku pobytu je to veličina velmi relativní. Následující aktivity nevyžadují žádnou přípravu, učitelé mají jen jedny stopky, propisovací pero.

Nejprve bychom začali takovou základní hrou s názvem Kolečko informací. Hra spočívá v tom, že po kruhu koluje nějaký předmět (např. propisovací pero). Ten, kdo ho drží, sdělí ostatním své křestní jméno a nejoblíbenější činnost ve volném čase. Jako obdobnou hru uvedeme pod názvem Zvířecí kruh. Opět po kruhu koluje předmět. Ten, kdo dostal předmět, sdělí své křestní jméno a jméno zvířete, které začíná na stejné písmeno. Tato i předešlá aktivita slouží k prolamování stydlivosti. Organizátoři mají připravené další hry k seznámení, které jsou uvedeny níže. Od 17:10 se skupiny spojí dohromady a zahrají si aktivitu s názvem – Nejrychlejší hra na jména.

- **Hra na jména** – základním útvarem je kruh. První účastník (učitel) si vymyslí přídavné jméno, které ho charakterizuje, líbí se mu nebo ho zrovna napadne, a řekne ho svým křestním jménem. Jeho soused po pravé straně opakuje přídavné jméno a křestní jméno prvního a pokračuje svojí vlastní charakteristikou a křestním jménem. Určitě poskytneme malou nápovědu, abychom vůbec dokončili první kolo. Po skončení mohou dobrovolníci, kteří si chtějí vyzkoušet svoji paměť, vyzkoušet zopakovat všechna jména s charakteristikami.
- **Drákula** – hráči vytvoří kruh. Jeden ze skupiny se stává Drákulou. Ten si vyhlédne oběť a začne se k ní pomalu přibližovat a oběti se dívá upřeně do očí. Oběť se snaží zachránit pohledem a mrknutím na jiného spoluhráče. Záchrana je

dokončena, když spoluhráč zavolá jméno oběti. Pokud to nestihne, Drákula oběti položí ruce na ramena a vymění si role.

- **Nejrychlejší hra na jména** – skupina vytvoří velký kruh a vedoucí vysvětlí, že jde o pokus sehrát nejrychlejší hru na světě, při které musí zaznít všechna jména zúčastněných hráčů. Vedoucí začne měřit čas. Kdo již zná jméno svého souseda, začne tím, že se na něj obrátí a řekne jeho jméno. Jmenovaný musí říct jméno dalšího, pokud to neví, musí mu ho dotyčný pošeptat a on ho hlasitě zopakuje. První kolo končí, až padne jméno hráče, který hru začal. V tom okamžiku zmáčkne vedoucí stopky. Hru můžeme několikrát zopakovat.

Mezitím paní učitelka Wenzelová připravuje potřebnou techniku na večerní promítání a na seznamovací hry 2. Připraví obrysy erbu na papíře velikosti A₃ a obstará psací potřeby, pastelky, lepidlo, tenkou šňůru a kolíčky na prádlo.

Začátek večerního programu, kterého se zúčastní všichni studenti společně, naladíme promítnutím desetiminutového filmu o škole a představením školního řádu. Tyto aktivity potrvají přibližně 30 minut, a proto následně začnou seznamovací hry 2 po skupinách. První skupina zůstane v učebně 1 s paní učitelkou Wenzelovou. Druhá skupina odejde do učebny 2 s paní učitelkou Špačkovou. Aktivita spočívá v tom, že každý student si během určité doby (60 min) navrhne svoje erbovní znamení, ze kterého bude zřejmé jeho křesní jméno a další informace, které ho charakterizují, např. místo, kde se narodil, oblíbené činnosti, barvy, písňe apod. Po vytvoření erby vyvěsíme na připravenou šňůru mezi stromy před budovou C₃ a každý student vysvětlí svůj erb ostatním.

Protože zítřek je náročný na přípravu, tak se tělocvikáři a paní učitelka Balounová nezúčastní večerního programu a půjdou připravovat jednotlivá stanoviště na zítřejší dopolední program. Na klid po večerce dohlédne paní učitelka Wenzelová.

Tab. 13: Program prvního dne

1. den - 2. 9. 2013				
	čas	aktivita	t (min)	místo
Dopoledne	9:45-10:45	Sraz, organizační záležitosti - zápis, vybírání peněz	60'	Před školou
	10:45-11:30	Cesta Mladá Boleslav - Poslův Mlýn	45'	Autobus
	11:30-12:30	Příjezd do střediska, ubytování	60'	Středisko
oběd	12:30-13:00			
Odpoledne	13:00-14:30	Polední klid, Příprava na odpolední program	90'	Středisko
	14:30-15:30	Zahájení kurzu - seznámení s pravidly, denním řádem, rozdělení do skupin	60'	Učebna 1
	15:30-16:00	Výlet do okolí	30'	Okolí střediska
	16:00-17:30	Kolečko informací	15'	Fotbalové hřiště
		Zvířecí kruh	15'	Fotbalové hřiště
		Hra na jména	25'	Fotbalové hřiště
		Drákula	15'	Fotbalové hřiště
		Nejrychlejší hra na jména	20'	Fotbalové hřiště
	17:30-18:00	Příprava na večeri	30'	Středisko
večeře	18:00-18:30			
Večer	18:30-19:00	Příprava na večerní program	30'	Středisko
	19:00-19:10	Film o škole	10'	Učebna 1
	19:10-19:30	Školní řád	20'	Učebna 1
	19:30-20:30	Můj erb	60'	Učebna 1-2
	20:30-21:00	Vyvěšení a vysvětlení svého erbu	30'	Středisko
	21:00-22:00	Příprava na večerku	60'	Středisko
večerka	22:00			

4.10.2 Druhý den

Při snídani sdělíme žákům, že program tohoto dne je založen na střídání skupin na jednotlivých stanovištích a aby si na dopolední program vzali s sebou šátek. Vzniknou tak 90minutové bloky dopoledne a odpoledne, takže obě skupiny se mohou zúčastnit celého programu. Na jednotlivých stanovištích jsou připraveny aktivity do lesa, na louku či do místnosti. Zařadili jsme do programu týmové, zahřívací, kontaktní a výtvarné aktivity.

První a druhé stanoviště (Lana a Kaple) jsou připravené ze včerejšího večera, kde na studenty čekají tělocvikáři. Studenty na stanoviště doprovází učitelka Špačková a paní Balounová. O poledním klidu učitelé uklidí první dvě stanoviště a připraví na odpoledne stanoviště tři a čtyři. Na odpolední program si doprovázející učitelé vymění skupiny. Stanoviště obsahují aktivity, které jsou navrhnuté tak, aby pokryly 90 minut i s přechodem na další stanoviště. Jednotlivá stanoviště jsou sepsaná níže.

1. stanoviště - Lana

Toto stanoviště s názvem Lana je složeno ze dvou aktivit. Nachází se v místním lese, kde protéká Zbynská strouha a ústí do Poselského rybníku. Doba na přípravu tohoto stanoviště trvala přibližně 2 až 3 hodiny. Zejména potřebujeme dvě lana, která jsou dostatečně dlouhá, dvě pevné 8m šňůry a dostatek kulatých gum. Doprovázející učitel skupiny si vezme s sebou kameru a obě aktivity zaznamená. Hlavní organizátor tohoto stanoviště je pan učitel Hybler.

- **Ariadnina nit** – mezi stromy v lese je spletně natažen motouz. Žáci si šátkem zavážou oči a organizátor hry je postupně přivede na začátek cesty. Rukama se drží motouzu a jejich úkolem je dostat se na konec, který zřetelně označíme zavěšeným šátkem. Na tuto aktivitu máme 45 minut, proto vytvoříme dvě trasy, na kterých se studenti vystřídají.
- **Pavučina** – mezi dvěma stromy v lese vytvoříme z motouzu „pavučinu“. Jednotlivé díly musí být velké, aby se jim mohl protáhnout dospělý člověk. Musí jich být dostatečný počet. Úkolem skupiny je společné přemístění se na druhou stranu pavučiny. Jedním dílem může projít, být přenesen, nebo prostrčen pouze jeden člověk, tzn., že každý musí prolézt jiným otvorem v pavučině. To všechno bez doteku. Jinak aktivita začíná od začátku. Podle okolností povolíme dva lidi na jeden otvor. Na začátku hry studenty ponaučíme, že mají zdůraznit ohled na bezpečnost osob, které zvedáme a prostrkujeme síť.

2. stanoviště – Kaple

Toto stanoviště se nachází v tělocvičně areálu, protože je ideálním místem, které dobře zatemníme a polepíme do dvou metrů balicím papírem. Jako vhodné pomůcky potřebujeme balicí papír, barvy, štětce, fixy, pastelky, rádio. Doba přípravy trvá přibližně hodinu. Organizátor aktivity je učitel Nejedlý.

Jde o to, že uvedeme do místnosti, která je pro umocnění atmosféry vhodně osvětlená, žáky a necháme je posadit se. Pak proběhne libreto hry, kdy do místnosti vstoupí osoba představující mistra Leonarda da Vinciho (Nejedlý) a mnich (doprovázející učitel

skupiny). Proběhne mezi nimi rozhovor, ze kterého vyplyne, že řadoví bratři si objednali u mistra výzdobu své kaple. Po motivační vsuvce krátce vysvětlíme žákům, že oni jsou mistři a prostor, ve kterém se nacházejí, je kaple. Jejich úkolem je bez verbální komunikace společně vymalovat „kapli“. Při práci necháme tiše hrát hudbu. Po ukončení práce proběhne tzv. tichá galerie, tzn., že opět bez mluvení si mohou tvůrci prohlédnout své dílo. Na závěr místnost odtemníme a žáci si mohou svůj výtvar znovu zhlédnout. Doprovázející učitel skupiny rovněž vše zdokumentuje fotoaparátem.

3. stanoviště – Hry na louce

Toto stanoviště obsahuje několik aktivit. Jak už napovídá název, jedná se o týmové hry, které jsou zaměřené na zahřátí, osobním kontaktu a na rozvoj důvěry. Hry budou probíhat na travnaté louce s rovným povrchem a měkkým doskokem ve středu. Poslední hra probíhá na okraji blízkého lesa. Studenti mají s sebou šátky. Učitelé mají zajištěné lístečky se jmény zvířat, 3 dlouhá lana, sedací úvaz, karabinu, přilbu. Hlavní organizátor tohoto stanoviště je pan učitel Hybler.

- **Nakažlivý smích** – hra spočívá v tom, že hráči si lehnou na zem tak, aby hlava jednoho spočívala na břiše druhého hráče. To znamená, že každý bude mít hlavu na břiše někoho jiného. V tomto útvaru začne někdo vyprávět veselou historku nebo se začne smát. Činnost bránice způsobí, že hlavy na břiše začnou vibrovat. Zanedlouho se začne smát celá skupina. To je účelem hry.
- **Noemova archa** - vychází z legendy o pověstné Noemově arše. Každý člověk obdrží lísteček se jménem některého zvířete. Každý druh je v našem případě zastoupen dvakrát. Hráči si zavážou oči šátkem. Organizátor je ještě rozestaví na větší vzdálenost od sebe. Na povel začne hráč napodobovat zvuky zvířete a zároveň poslouchá, kde se ozývá podobné volání. Jednotlivé druhy se snaží shromáždit. Je zřejmé, že nikdo nesmí mluvit. V případě lichého počtu členů, zapojíme do hry doprovázejícího učitele skupiny. Hru můžeme několikrát zopakovat.
- **Kruh důvěry** – svážeme cca 40m lano, pravidelně se rozestavíme do kruhu kolem něj a rozpočítáme se na první a druhé. První zůstanou vně lana a druzí vstoupí do kruhu a chytí se lana zevnitř. Tělo je toporné a nohy jsou opřeny pevně o zem pod lanem. Zkusíme i obrácený pohyb. První a druzí se do lana opřou a budeme se snažit v této poloze vydržet několik vteřin. Budeme se snažit, aby mezi sousedy nebyly velké váhové rozdíly.

- **Gordický uzel** – hra spočívá v tom, že vytvoříme kruh tak, abychom se dotýkaly rameny. Se zavřenýma očima se chytíme levou i pravou rukou některého ze svých spoluhráčů. Nesmí to být náš soused zprava ani zleva. Snažíme se rozmotat vlastními silami, aniž bychom se pustili. Selžou-li všechny pokusy o rozpletení uzlu, uvolní vedoucí jedno spojení, o kterém si skupina myslí, že je klíčové. V případě lichého počtu členů, zapojíme do hry doprovázejícího učitele skupiny. Podle času můžeme několikrát zopakovat.
- **Atomová bomba** – na tuto aktivitu se přemístíme na okraj blízkého lesa, kde je prostor se silnými stromy. Hra spočívá v tom, že z jednoho lana v blízkosti silných stromů je vytvořen kruh o poloměru 7 metrů. Do středu kruhu je položen kbelík a do něho dáme míč tak, aby byl z poloviny vidět. Tak jsme vytvořili zakázané území a v jeho středu nebezpečnou nálož. K vymezenému území položíme druhé lano. Skupina musí dostat bombu ven z nepřístupného území, aniž by se někdo dotkl zamořeného prostoru. Ztížíme řešení tím, že ten, kdo bude přenášet bombu, může pracovat pouze jednou rukou. Pak jako pomůcky poskytneme dlouhé lano, sedací úvaz, karabinu, přílbu.

4. stanoviště – Zelená karta

Toto stanoviště se nachází v učebně 1, kde je videopřehrávač, televize a tabule. Dále máme videokazetu s filmem Zelená karta, propisovací pera, kartičky formátu A5. Hlavní organizátor tohoto stanoviště je pan učitel Nejedlý.

Na začátku aktivity promítneme část filmu Zelená karta. Na základě filmu vyzveme žáky, aby metodou brainstormingu volně sdělovali to, co by chtěli o svých spolužácích vědět. Námety zapisujeme na tabuli. Vytvoříme dotazník o 30 otázkách. Každý žák si vyplní vlastní dotazník. Pak je náhodně rozdělíme do dvojic. V případě lichého počtu studentů se zapojí do hry doprovázející učitel skupiny. Jejich úkolem je naučit se za pět minut údaje o svém protějšku. Následně předstoupí před komisi (Mgr. Nejedlý, případně doprovázející učitel skupiny) a ta jim položí náhodně 4 otázky, které se týkají partnera (na základě dotazníku). Za každou správnou odpověď se žákovi započítá bod. Provedeme přibližně 5 kol. Na konci kurzu obdrží první tři studenti s nejvyšším počtem bodů diplom za Nejlepší znalosti o svých spolužácích.

Na večerním programu je naplánován táborák s opékáním buřtů. Nejprve ale studenti obstarají dřevo z místního lesa. Vedoucí kurzu zajistí buřty, které se koupí v Doksech. O hudební doprovod kytarou se postará učitel Nejedlý. Na klid po večerce dohlídne paní učitelka Balounová.

Tab. 14: Program druhého dne

2. den - 3. 9. 2013				
	Čas	Aktivita	t (min)	místo
snídaně	8:00-8:30			
dopoledne	8:30-9:00	Příprava na dopolední program	30'	Středisko
	9:00-12:00	Adrianina nit'	45'	V lese u Zbysenské strouhy
		Pavučina	45'	
		Přechod na další stanoviště	15'	
		Kaple	75'	Tělocvična
	12:00-12:30	Příprava na oběd	30'	Středisko
oběd	12:30-13:00			
odpoledne	13:00-14:30	Polední klid, Příprava na odpolední program	90'	Středisko
	14:30-17:30	Nakažlivý smích	15'	Louka
		Noemova archa	20'	
		Kruh důvěry	10'	
		Gordický uzel	20'	
		Přechod k lesu	10'	
		Atomová bomba	30'	Okraj lesa
		Přechod na další stanoviště	15'	
		Zelená karta	60'	Učebna 1
	17:30-18:00	Příprava na večeri	30'	Středisko
večeře	18:00-18:30			
večer	18:30-19:00	Příprava na večerní program	30'	Středisko
	19:00-20:00	Příprava dřeva	60'	Les
	20:00-22:30	Táborák, opékání buřtů, zpěv	150'	Středisko
	22:30-23:00	Příprava na večerku	30'	Středisko
večerka	23:00			

4.10.3 Třetí den

Na tento den máme připravenou celodenní túru, které se zúčastní všichni studenti. Po snídani dostanou žáci místo oběda balíček na cestu. Žákům připomeneme, aby si vzali s sebou pláštěnku, jídlo, pevnou obuv, nějaké peníze a oblečení podle počasí. Sraz všech účastníků je naplánován v 9:00 před vstupem do areálu. Před začátkem túry sdělíme žákům, aby si vytvořili skupinky po 10 členech a připravili si scénku na večerní program.

Od učitelů získají kopii mapy – Machův kraj. Během putování a přestávek žáci vymýšlejí ztvárnění asi desetiminutového vystoupení pro ostatní.

Trasu zahájíme ze střediska napojením na červenou turistickou trasu, na tzv. Máchovu cestu do Doks, kde necháme možnost žákům, aby si něco nakoupili. Dále půjdeme stále po červené podél Máchova jezera až do Starých Splavů. Ze Starých Splavů se vydáme po modré značce směrem na Provodín, která nás dovede až k úzké asfaltové silničce, která vede podél plotu obory k hájovně Dvojdolí. Zde si všimneme zelené značky, již budeme sledovat. Značka nás vede podél plotu obory až do hlubokého Hraničního dolu. Vystoupáme nahoru, naší pozornosti by neměly uniknout bizarní skalní útvary po obou stranách cesty. Asi po 2 km se dostaneme k malebnému a zajímavému místu zvanému Senná brána. Zde stávaly dvě chalupy a myslivna, která poskytovala útulek a občerstvení výletníkům. Dochovaná stavba stojí již uvnitř obory, do níž nemáme přístup. Od Brány není daleko k velmi zajímavým skalním útvarům, v minulosti dosti vyhledávaným. Asi po 500 m chůze (stále po úzké asfaltové cestě) odbočíme vpravo po zelené značce, která nás dovede k prvnímu pískovcovému útvaru - Skalní bráně. Jedná se o jakousi zmenšeninu známé Pravčické brány, je asi 4 m vysoká a stejně tak široká. Najdeme ji v prostoru jižně pod vrcholem. Mnohem úchvatnější je však neobyčejná skála, pro niž se vžil název Pusté (Psí) kostely nebo častěji používaný německý název Hundskirche. Dostaneme se k ní, budeme-li dále sledovat zelenou značku. Skála je celá prostoupena chodbami a jeskyněmi, tak že tento velký kamenný blok je vlastně nesen přirozenými pilíři a prostor pod ním je natolik odlehčen, že budí dojem, jakoby se měl každým okamžikem zřítit. Je od Skalní brány vzdálen asi 200 m. Asi po 2 km se spojuje červená a zelená turistická trasa. Na tomto rozcestí sdělíme žákům, že máme nachozeno přibližně 18 km. Nabídneme nyní žákům, jestli si chtějí prodloužit cestu, na které uvidí několik dalších skalních věží. Můžou vystoupit na Hradčanskou vyhlídku a následně jít až do Hradčan, a tam si něco koupit. Jinak pokračujeme po modré turistické trase zpět do Starých Splavů. Odtud po červené zase zpět do střediska.

Celkovou délku trasy jsme naměřili podle mapy na 25 km. Prodloužená trasa je přibližně o 5 km delší. Předpokládaný návrat odhadujeme kolem 16. hodiny. Do večera mají studenti volno, které mohou využít na doladění svých scének.

Večerní program je vyvrcholením celého seznamovacího kurzu. Odehrává se ve velké klubovně, kde hlavní vedoucí L. Wenzelová a její zástupkyně, D. Balounová, připravily jeviště, hlediště a slavnostní oheň, mezitím, když byli studenti na výletě. Moderátory večera jsou učitelé, kteří promítají natočená videa a fotky. Následně proběhnou jednotlivé

scénky studentů, které se zaznamenají. Po scénkách poprosíme studenty, aby během dvaceti minut na velký poster vyvěšený na zdi vyjádřili své dojmy a nespokojenosti z této akce. Proběhne tak neformální závěrečná reflexe kurzu. Učitelé tak dostanou čas připravit si všechno potřebné k předávání cen. Po skončení závěrečné reflexe proběhne tedy udělování cen a diplomů. Každý student dostane triko s fotkou školy. Škola poskytla dostatečné množství triček, a proto se nemusíme bát, že na někoho nezbude nebo mu bude malé. Dále obdrží každý žák Pamětní list s jeho jménem, datem, místem pobytu a podpisem všech učitelů na účasti adaptačního kurzu. Předáme diplomy za hru – Zelená karta a diplom za nejhezčí erb. Na závěr každý žák obdrží od hlavního vedoucího malou svíčku se slovy: „Buď světlem pro druhé“. Pak se všichni vydají ke slavnostnímu ohni. Svíčky jsou zasazeny na předem připravené místo. Po zapálení ohně se formální program mění na neformální posezení u ohně s opékáním buřtů a se zpěvem. Večerka je předběžně stanovena na 24:00. Na klid po večerce dohlídne paní učitelka Špačková.



Obr. 3: Senná brána

Zdroj: <http://ceskolipskoinfo.cz/default/index/show/368/senna-brana-hradcany>

Tab. 15: Program třetího dne

3. den - 4. 9. 2013				
	čas	aktivita	t (min)	místo
snídaně	8:00-8:30			
den	8:30-9:00	Příprava na celodenní výlet	30'	Středisko
	9:00-16:00	Celodenní výlet	420'	
	16:00-18:00	Příprava na večeři a večerní program	120'	Středisko
večeře	18:00-18:30			
večer	18:30-19:00	Příprava na večerní program	30'	Středisko
	19:00-23:30	Promítání fotek a videí	20'	Klubovna
		Scénky	30'	
		Závěrečná reflexe	20'	
		Předávání cen	30'	
		Táborák, opékání buřtů, zpěv	170'	Středisko
	23:30-0:00	Příprava na večerku	30'	Středisko
večerka	0:00			

4.10.4 Čtvrtý den

Čtvrtý den je odjezdový. Před samotným odjezdem si studenti sbalí věci a uklidí pokoje. Sbalené věci odneseme do klubovny. Následně proběhne závěrečná reflexe aktivit. Každému žákovi dáme barevné kartičky, např. zelenou, červenou a žlutou. Připomeneme jednotlivé hry, které se v kurzu vyskytly a následně vyzveme studenty, aby zvednutím karty zhodnotili hru. Zelená znamená, že hra se velmi líbila. Žlutá vypovídá o tom, že hra se líbila napůl. Červená znamená, že se hra nelíbila vůbec. Aby se vyloučilo vzájemné ovlivňování, zvednou účastníci karty zády do kruhu. Po reflexi se všichni odebereme na louku, kde si studenti mohou vyzkoušet střelbu z luku. V případě zájmu proběhnou soutěže. Potřebné vybavení si zapůjčíme od rekreačního střediska pod zálohou 1000 Kč. K dispozici mají stojany, terče ze slámy a různé druhy luků a šípů jak pro menší děti, tak i pro dospělé. Po této aktivitě se všichni odebereme pro svá zavazadla, naložíme je do autobusu, který bude čekat v 10:40 před střediskem. Proběhne poslední focení a vyrazíme směrem na Mladou Boleslav. Předpokládaný příjezd do Mladé Boleslavi je cca v 11:45 před budovu školy.

Tab. 16: Program čtvrtého dne

4. den - 5. 9. 2013				
	čas	aktivita	t (min)	místo
snídaně	8:00-8:30			
dopoledne	8:30-9:15	Příprava na odjezd - balení věcí, uklizení pokojů	45'	Středisko
	9:15-9:30	Reflexe aktivit	15'	Klubovna
	9:30-10:40	Lukostřelba	70'	Louka
	10:40-11:00	Nakládání věcí do autobusu, focení	20'	Středisko
	11:00-11:45	Cesta Poslův Mlýn-Mladá Boleslav	45'	Autobus
	11:45	Předpokládaný příjezd		Před školou

4.11 Po kurzu

V následujícím týdnu po skončení akce proběhne formální setkání realizačního týmu. Cílem této schůzky je provést zhodnocení celé akce prostřednictvím posteru, na který studenti napsali své pocity z kurzu a ze závěrečné reflexe aktivit. Na základě skupinového rozhovoru zhodnotíme tak průběh celé akce. V případě, že se na kurzu něco neosvědčilo, proběhne tak diskuze o úpravě konkrétního problému.

5 Závěr

V bakalářské práci jsme shrnuli na základě teoretických poznatků získaných z odborné literatury zážitkové pedagogiky teoretická východiska pro realizaci adaptačního kurzu. Podstatná část teorie je čerpána zejména z publikace „Zážitkově pedagogické učení“ autorů Hanuš a Chytilová. Obzvlášť důležitá byla pro nás kapitola „Projektování“, ve které autoři poskytují komplexní návod na přípravu a realizaci adaptačního kurzu. Tohoto konceptu se drží celá naše bakalářská práce.

Dále se zmiňujeme o tématu „volný čas“. Zabývá se jím řada autorů, přičemž z našeho hlediska byl hodnotnější popis od Hofbauera a Němce. Vystihují volný čas jako odpočinek a zábavu.

Problematicke her se věnuje Zounková v její publikaci Zlatý fond her III: Hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice. Ocenili jsme, že hry jsou seřazeny podle jednotlivých kritérií (např. název hry a jméno autora, náročnost, doba trvání, vhodné prostředí, pro kterou věkovou kategorii je hra určena, kolik je potřeba hráčů, instruktorů, roční období a použitý materiál). Výhodou je, že můžeme velmi rychle a účinně vybírat hry podle svých potřeb a požadavků.

Téma „období dospívání“ nejlépe objasňuje Vágnerová společně s Langmeierem a Krejčířovou. Popisují vývoj a změny chování dítěte v této etapě života. Inspiraci jsme čerpali z diplomové práce Bány Opavové - Příprava adaptačního kurzu pro studenty I. ročníku Gymnázia J. Jungmanna v Litoměřicích.

Následujícím dílčím cílem se pro nás stala analýza současné situace v pořádání adaptačních kurzů na středních školách v Mladé Boleslavi. Zjistili jsme, že z 11 středních škol v Mladé Boleslavi pořádá pouze 5 z nich adaptační kurzy. Nadpoloviční většina středních škol v Mladé Boleslavi tyto kurzy nekonají. Zkoumali jsme jejich důvody a v převážné části jsou problémem finance, které studenti či jejich rodiče nejsou ochotni nebo schopni uhradit. U středních škol, které pořádají adaptační kurzy, jsme zjistili, že oblíbené místo pro konání těchto kurzů je rekreační středisko Poslův Mlýn u Doks. Kurzy jsou převážně třídní a hlavním úkolem je seznámení žáků mezi sebou navzájem. Cena za kurz se pohybuje kolem 1 000 Kč/osobu.

Na základě těchto poznatků jsme vytvořili návrh čtyřdenního adaptačního kurzu pro studenty 1. ročníku Střední odborné školy a Středního odborného učiliště, Jičínská 762, Mladá Boleslav, aby byl bezpečný, měl naplněné cíle a zároveň se stal zábavným. Kurz je realizovatelný pro 1. ročník s cca 30 studenty, na které dohlédne 5 učitelů. Kvůli lepší

organizaci jsme vytvořili dvě skupiny po 15 žácích. Pro studenty jsme připravili aktivity do lesa, na louku i do místnosti. První den kurzu zahrnuje organizační záležitosti, jako je seznámení s areálem a školním řádem, uvedení časového harmonogramu dne, rozdělení do skupin atd. Na pozdní odpolední hodiny jsou pro studenty připraveny seznamovací hry. Druhý den je zaměřen na střídání skupin po čtyřech stanovištích. Vznikly tak 90minutové bloky dopoledne a odpoledne. Stanoviště obsahují směs zahřívacích, uměleckých, kontaktních a týmových aktivit. Nadpoloviční většina těchto aktivit (Adrianina niť, Pavučina, Nakažlivý smích, Noemova archa, Kruh důvěry, Gordický uzel, Atomová bomba) je inspirováno Neumanem a jeho publikací Dobrodružné hry a cvičení v přírodě. Na třetí den je plánován celodenní výlet všech studentů. Večerní program je pak vyvrcholením celého adaptačního kurzu. V závěrečném čtvrtém dni si studenti vyzkouší střelbu z luku.

Cílem této akce je, aby se žáci navzájem seznámili a vytvořili si nové uspokojivé vztahy. Chceme tak připravit žáky pro vstup do nové školy, ukázat žákům výhody spolupráce a vést žáky k toleranci, vstřícnosti, pochopení potřeb a postojů druhých. Adaptační kurz proběhne v rekreačním středisku Poslův Mlýn u Doks od 2. 9. – 5. 9. 2013. Cena kurzu je 1300 Kč na studenta. Učitelům tuto akci hraří škola.

Tato práce by měla být přínosem pro jmenovanou střední školu, na kterou se tento projekt vztahuje. Dále může sloužit jako materiál, ze kterého mohou ostatní školy čerpat inspiraci pro své akce. Ale nejen školy. Tento projekt může být vhodný i pro soukromé organizace či milovníky víkendových akcí. Pevně věřím, že po realizaci v září budou všichni účastníci kurzu spokojeni. V případě, že se na kurzu něco neosvědčí, bude konkrétní problém vyřešen, aby se na příští akci neopakoval.

6 Seznam literatury

- *Adaptační kurzy, občanské sdružení Prezent* [online]. [cit. 2010-7-23]. Dostupné z: <http://www.adaptaky.cz/?in=1&ad1>
- HANUŠ, R., CHYTILOVÁ, L. *Zážitkově pedagogické učení*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2816-2.
- HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004. 176 s. ISBN 80-7178-927-5.
- HRKAL, J., HANUŠ, R. *Zlatý fond her II: výběr her a programů připravených pro kursy Prázdninové školy Lipnice*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-153-3.
- JEŽEK, M. *Týdenní sportovně rekreační kurz pro mládež*. Liberec, 2008. Bakalářská práce. TUL, FP. Vedoucí práce Mgr. Helena Rjabcová.
- LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2006. 368 s. ISBN 80-247-1284-9.
- NĚMEC, J., et al. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 2002. 119 s. ISBN 80-7315-012-3.
- NEUMAN, J. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-218-1.
- OPAVOVÁ, B. *Příprava adaptačního kurzu pro studenty I. ročníku Gymnázia J. Jungmanna v Litoměřicích*. Liberec, 2010. Bakalářská práce. TUL, FP. Vedoucí práce Mgr. Radim Antoš.
- PÁVKOVÁ, J., HÁJEK, B., HOFBAUER, B., HRDLÍČKOVÁ, V., PAVLÍKOVÁ, A. *Pedagogika volného času*. 3. vyd. Praha: Portál, 2008. 221 s. ISBN 978-80-7367-423 6.
- *Poslův Mlýn Doksy: Rekreační středisko Poslův Mlýn* [online]. © 2010 [cit. 2012-07-22]. Dostupné z: <http://www.posluvmlyn.cz/>
- *Půjčovna – Český Ráj Outdoor Sport, s. r. o.* [online]. © 2010 [cit. 2012-07-22]. Dostupné z: <http://www.ceskyraj.com/pujcovna>

- *Střední odborná škola a Střední odborné učiliště, Mladá Boleslav, Jičínská 762: O škole* [online]. © 2009 [cit. 2012-07-22]. Dostupné z: <http://www.odbskmb.cz/oskole/index.php>
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*. Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2433-0.
- VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246–0956-8.
- VÁŽANSKÝ, M., SMÉKAL, V. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 1995. ISBN 80-901737-9-9.
- Vyhláška č. 106/2001 Sb. ve znění v. č. 148/2004 Sb. a ve znění v. č. 320/2010 Sb. o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti. In: *Sbírka zákonů České republiky* [online]. 2001 [vid. 2012-7-3]. Dostupné z: http://www.dobrytabor.cz/dokumenty/106-2001_sb.pdf
- ZOUNKOVÁ, D. *Zlatý fond her III: Hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-198-3.

7 Seznam příloh

Příloha č. 1: Informační leták	- P1 -
Příloha č. 2: Potvrzení o účasti s prohlášením o bezinfekčnosti	- P2 -
Příloha č. 3: Plán střediska	- P3 -

ADAPTAČNÍ KURZ 2013

2. - 5. 9. 2013

RS Poslův Mlýn, Doksy

www.poslvmlyn.cz

poslvmlyn@seznam.cz
tel.: 739 366 366

Odjezd 2. 9. v 9:45
od internátu školy

Návrat 5. 9. cca v 11:45
před internát školy

S sebou:

✎ sportovní oblečení a obuv do chladného a deštivého počasí, psací potřeby, hygienické potřeby, papír, šátek, baterku, **kartičku pojištěnce, potvrzení o bezinfekčnosti, nutné osobní léky**

Cena a úhrada:

✎ Učitelé budou vybírat 2. 9. 2013 doplatek 300 Kč (spolu s vyplněným formulářem)
✎ případný přeplatek bude vrácen studentům



Ubytování a stravování:

✎ v budově C3, která stojí uprostřed areálu. Jedná se o 4, 5 a 6 lůžkové pokoje se společným sociálním zařízením vždy pro 2 pokoje se samostatnou verandou a posezením.
✎ Výborná domácí strava, v případě požadavků lze i zajistit dietní stravování dětí

Adaptační kurz 2013

Vážení rodiče,

Váš syn/dcera se zúčastní ve dnech 2. – 5. 9. 2013 adaptačního kurzu naší školy v rekreačním středisku Poslův Mlýn. Sraz je v pondělí 2. 9. v 9.45 hod. u budovy internátu. Předpokládaný návrat je ve čtvrtek 5. 9. asi v 11.45 hodin. Cílem této akce je sblížení se spolužáky a stmelení kolektivu, dále navázání vztahu s třídním učitelem.

Svým podpisem prosím potvrďte účast Vašeho dítěte na kurzu a souhlas s případným individuálním odvozem syny/dcery v případě závažných kázeňských důvodů.

podpis zákonného zástupce

Prohlášení o bezinfekčnosti

Jméno žáka-----Třída----- Datum narození -----

Bydliště-----

Kontakt na rodiče v době konání kurzu -----

Prohlašuji, že syn/dcera je zdrav/a, že se v rodině ani v místě bydliště nevyskytuje infekční choroba a že okresní hygienik ani lékař nenařídil dítěti karanténní opatření, zvýšený zdravotnický nebo lékařský dohled.

Jsem si vědom/a právních důsledků, které by pro mne vyplynuly při uvedení nepravdivých údajů.

V----- dne -----
podpis zákonného zástupce

Informace rodičů o případných zdravotních potížích dítěte (užívání léků, alergie, zdravotní problémy, zdravotní omezení...):

- P3 -

